

LOS SUEÑOS DE MI VEJEZ  
CLUB DE ATENCION Y RECREACION PARA EL ADULTO MAYOR

LINA MIREYA PEDRAZA ACEVEDO  
ALUMNA

DISEÑO DE ESPACIOS Y ESCENARIOS  
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y ARTES  
UNIVERSIDAD PILOTO DE COLOMBIA  
BOGOTA COLOMBIA  
2015

LOS SUEÑOS DE MI VEJEZ  
CLUB DE ATENCION Y RECREACION PARA EL ADULTO MAYOR

LINA MIREYA PEDRAZA ACEVEDO  
ALUMNA

JAIRO ALBERTO LEAL  
ARQUITECTO - D.I  
TUTOR

TRABAJO PRESENTADO COMO REQUISITO PARA OPTAR AL TÍTULO DE  
PROFESIONAL EN DISEÑO DE ESPACIOS Y ESCENARIOS

DISEÑO DE ESPACIOS Y ESCENARIOS  
FACULTAD DE ARQUITECTURA Y ARTES  
UNIVERSIDAD PILOTO DE COLOMBIA  
BOGOTA COLOMBIA  
2015

## DEDICATORIA

*A Díos.*

*Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.*

*A mis padres*

*Por ser el pilar fundamental en todo lo que soy, en toda mi educación, tanto académica, como de la vida, por su incondicional apoyo perfectamente mantenido a través del tiempo.*

## AGRADECIMIENTOS

*Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.*

*Me gustaría agradecer sinceramente a mi asesor de tesis arquitecto y DI Jairo Alberto Leal por sus conocimientos, sus orientaciones, su manera de trabajar, su persistencia, su paciencia y su motivación han sido fundamentales para mi formación y desarrollo en este proyecto*

*Le doy gracias a mis padres Orlando Pedraza y Mireya Acevedo por apoyarme en todo momento, por darme fuerzas en los momentos más difíciles, por los valores inculcados y por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación.*

*A mis hermanos Mariana, Leidy, Oscar y Fernando en quienes he encontrado un respaldo incondicional*

## CONTENIDO

|   |    |
|---|----|
| 1. Introducción .....                                 | 13 |
| 2. Planteamiento del Proyecto .....                   | 14 |
| 2.1 Modalidad del Proyecto .....                      | 14 |
| 2.2 Definición del Tema.....                          | 14 |
| 2.2.1 Factores Objetivos .....                        | 14 |
| 2.2.2 Factores Subjetivos .....                       | 14 |
| 3. Problemática .....                                 | 15 |
| 3.1 Actores .....                                     | 15 |
| 3.1.1. Actores Primarios .....                        | 15 |
| 3.1.1.1. Abandono del Adulto Mayor .....              | 16 |
| 3.1.2. Actores Secundarios .....                      | 16 |
| 3.1.2.1. Familia .....                                | 16 |
| 3.1.2.2. Sociedad .....                               | 16 |
| 3.1.2.3. Instituciones .....                          | 19 |
| 4. Justificación .....                                | 20 |
| 5. Objetivos .....                                    | 21 |
| 5.1. Objetivo General .....                           | 21 |
| 5.2. Objetivos Específicos .....                      | 21 |
| 5.3. Limites .....                                    | 22 |
| 5.4. Alcances .....                                   | 22 |
| 6. Marco Teórico .....                                | 22 |
| 6.1. Persona Mayor .....                              | 22 |
| 6.1.1 Caracterización Física del Adulto Mayor .....   | 25 |
| 6.1.1.1. Teoría del deterioro .....                   | 25 |
| 6.1.1.2. Teoría celular.....                          | 25 |
| 6.1.1.3. Teoría metabólica .....                      | 25 |
| 6.1.1.4. Teoría de la muerte celular programada ..... | 26 |

|  |    |
|--|----|
| 6.1.2. Cambios en el Sistema Cardiovascular y Respiratorio.....                                    | 26 |
| 6.1.3. Cambios en la piel.....   | 27 |
| 6.1.4. Masa Muscular .....   | 28 |
| 6.1.5. Cambios en la estructura Ósea .....   | 28 |
| 6.1.6. Sistema Nervioso .....  | 28 |
| 6.1.7. Visión.....   | 29 |
| 6.1.8 Sistema Inmune .....   | 29 |
| 6.1.9. Sistema Renal .....   | 29 |
| 6.1.10. Sistema Digestivo.....   | 29 |
| 6.1.11. Oído.....  | 30 |
| 6.1.12. Enfermedades que se Presentan en la adultez.....   | 30 |
| 6.2. Teorías Explicativas del Comportamiento Social de los Adultos Mayores ..                      | 31 |
| 6.2.1. Teoría de la desvinculación .....   | 31 |
| 6.2.2. Teoría de la Actividad.....   | 31 |
| 6.2.3. Teoría del Contexto Social .....  | 32 |
| 6.2.4. Teoría de la Continuidad .....  | 32 |
| 6.2.5. Teoría de la Ancianidad como Subcultura.....  | 32 |
| 6.3 Envejecimiento .....   | 32 |
| 6.4 Vejez .....  | 33 |
| 6.5 Población Adulto Mayor.....  | 33 |
| 6.5.1 envejecimiento Poblacional en Colombia .....   | 33 |
| 6.5.1.1 Mortalidad y Expectativas de vida .....  | 33 |
| 6.5.1.2 Bienestar de la persona mayor.....   | 34 |
| 6.5.1.3 Centros de promoción social para personas mayores.....                                     | 34 |
| 6.5.1.4 clases de servicios que ofrecen los centro de promoción social para personas mayores ..... | 34 |

|  |    |
|--|----|
| 6.5.1.5 Sistemas de protección social .....                    | 34 |
| 6.5.1.6 Promoción social .....                                 | 35 |
| 6.5.1.7 Calidad de atención social para la persona mayor ..... | 35 |
| 6.5.1.8 Estándar .....   | 35 |
| 6.6 Gerontología.....  | 35 |
| 6.7 Hogar Geriátrico .....                                     | 36 |
| 7. Marco Legal .....   | 36 |
| 7.1 Políticas públicas sobre envejecimiento y vejez .....      | 38 |
| 7.2 Proyecto 742 .....   | 40 |
| 7.3 Esquema metodológico .....                                 | 41 |
| 8. Datos .....   | 42 |
| 8.1 Estudios .....   | 42 |
| 8.1.1 Porcentaje de población de 60 años y más en Bogotá ..... | 42 |
| 8.2 Encuestas .....  | 44 |
| 8.3 Demografía .....   | 51 |
| 8.3.1 Delimitación general del proyecto .....                  | 51 |
| 9. Marco conceptual .....                                      | 54 |
| 9.1 Mapa conceptual .....                                      | 54 |
| 9.2 Referentes .....   | 55 |
| 9.2.1 Residencia para la tercera edad Aires Mateus .....       | 55 |
| 9.2.2 Hogar de ancianos y de enfermería en Steinfield .....    | 55 |
| 9.3 Esquema Básico .....                                       | 57 |
| 10. Propuesta de diseño .....                                  | 60 |
| 10.1 Proceso de desarrollo .....                               | 60 |
| 10.1.1 Bocetos .....   | 60 |

|   |           |
|---|-----------|
| 10.1.2 Maqueta .....                        | 61        |
| 10.2 Propuesta final .....                  | 64        |
| 10.2.1 Renders .....                        | 65        |
| 10.2.2 Planos .....                         | 78        |
| 10.2.3 Análisis de actividades .....        | 82        |
| 10.2.4 Somatografía .....                   | 86        |
| 11. Gestión .....                           | 89        |
| 11.1 Recurso humano del club .....          | 89        |
| 11.2 Presupuesto general del proyecto ..... | 92        |
| <b>12. Conclusiones.....</b>                | <b>95</b> |
| <b>13. Antecedentes y referentes .....</b>  | <b>96</b> |
| 14. Anexos .....                            | 97        |



## INDICE DE GRAFICOS

|   |    |
|---|----|
| Grafico 1- Anciano triste .....                             | 15 |
| Grafico 2- Grupo de adultos mayores deprimidos .....        | 15 |
| Grafico 3- Fachada salón comunal .....                      | 17 |
| Grafico 4- Personas sentadas .....                          | 17 |
| Grafico 5- Mesa del salón comunal .....                     | 18 |
| Grafico 6- Fachada hogar geriátrico .....                   | 18 |
| Grafico 7- Sala hogar geriátrico .....                      | 18 |
| Grafico 8- Oficina hogar geriátrico .....                   | 19 |
| Grafico 9- Escaleras para acceder al segundo piso .....     | 19 |
| Grafico 10- Fachada centro día .....                        | 19 |
| Grafico 11- Adultos mayores almorzando .....                | 19 |
| Grafico 12- Escaleras para acceder al segundo nivel .....   | 20 |
| Grafico 13- Resultados Pregunta uno de la encuesta .....    | 45 |
| Grafico 14- Resultados Pregunta dos de la encuesta .....    | 45 |
| Grafico 15- Resultados Pregunta tres de la encuesta .....   | 46 |
| Grafico 16- Resultados Pregunta cuatro de la encuesta ..... | 47 |
| Grafico 17- Resultados Pregunta cinco de la encuesta .....  | 47 |
| Grafico 18- Resultados Pregunta seis de la encuesta .....   | 48 |
| Grafico 19- Resultados Pregunta siete de la encuesta .....  | 49 |
| Grafico 20- Resultados Pregunta ocho de la encuesta .....   | 49 |
| Grafico 21- Resultados Pregunta nueve de la encuesta .....  | 50 |
| Grafico 22- Delimitación general del proyecto .....         | 51 |
| Grafico 23- ubicación de hogares geriátricos .....          | 51 |
| Grafico 24- Estratificación .....                           | 52 |

|  |    |
|--|----|
| Grafico 25- Relación hogares geriátricos-parques .....   | 52 |
| Grafico 26- Relación hogares geriátricos-parques .....   | 53 |
| Grafico 27- Ubicación específica del proyecto.....       | 54 |
| Grafico 28- Mapa conceptual los sueños de mi vejez ..... | 54 |
| Grafico 29- Fachada de la residencia Aires Mateus.....   | 55 |
| Grafico 30- Interior de la residencia Aires Mateus.....  | 56 |
| Grafico 31- Fachada del hogar stenfield .....            | 56 |
| Grafico 32- Habitaciones hogar stenfield .....           | 57 |
| Grafico 33- Pasillo hogar stenfield.....                 | 57 |
| Grafico 34- Esquema básico lúdica .....                  | 58 |
| Grafico 35- Esquema básico servicio .....                | 58 |
| Grafico 36- Esquema básico productivo.....               | 59 |
| Grafico 37- Salón de música .....                        | 60 |
| Grafico 38- Cine .....                                   | 60 |
| Grafico 39- Salón de juegos tradicionales .....          | 60 |
| Grafico 40- Salón de pintura .....                       | 60 |
| Grafico 41- Salón de baile .....                         | 61 |
| Grafico 42- Restaurante .....                            | 61 |
| Grafico 43- Huertas y jardines .....                     | 61 |
| Grafico 44- Fachada.....                                 | 61 |
| Grafico 45- Configuración espacial 1 .....               | 61 |
| Grafico 46- Configuración espacial 2 .....               | 62 |
| Grafico 47- Configuración espacial 3 .....               | 63 |
| Grafico 48- Fachada principal .....                      | 63 |
| Grafico 49- Fachada del club vista 1 .....               | 65 |
| Grafico 50- Fachada del club vista 2 .....               | 65 |
| Grafico 51- Recepción .....                              | 66 |

|   |    |
|---|----|
| Grafico 52- Sala de espera .....                                    | 66 |
| Grafico 53- Gimnasio .....  | 67 |
| Grafico 54- pasillo primer nivel .....                              | 67 |
| Grafico 55- Salón de pintura.....                                   | 68 |
| Grafico 56- Salón de artesanía .....                                | 68 |
| Grafico 57- Salón de modistería .....                               | 69 |
| Grafico 58- Patio de descanso .....                                 | 69 |
| Grafico 59- Pasillo segundo nivel .....                             | 70 |
| Grafico 60- Restaurante .....                                       | 70 |
| Grafico 61- Salida de restaurantes .....                            | 71 |
| Grafico 62- Huertas y jardines vista 1 .....                        | 71 |
| Grafico 63- Huertas y jardines vista 2 .....                        | 72 |
| Grafico 64- Pasillo tercer nivel .....                              | 72 |
| Grafico 65- Salón de música .....                                   | 73 |
| Grafico 66- Teatro .....  | 73 |
| Grafico 67- Salón de baile .....                                    | 74 |
| Grafico 68- Rampa para acceder al tercer nivel .....                | 74 |
| Grafico 69- Pasillo cuarto nivel .....                              | 75 |
| Grafico 70- Salón de juegos tradicionales parte jugos de mesa ..... | 75 |
| Grafico 71- Salón de juegos tradicionales parte tejo y rana .....   | 76 |
| Grafico 72- Sala de estar 1.....                                    | 76 |
| Grafico 73- Salón de estar 2.....                                   | 77 |
| Grafico 74- Plano fachada .....                                     | 78 |
| Grafico 75- Plano superior .....                                    | 79 |
| Grafico 76- Planos de corte uno .....                               | 80 |
| Grafico 77- Planos de corte dos .....                               | 81 |
| Grafico 78- Casas con patio .....                                   | 82 |

|   |    |
|---|----|
| Grafico 79- Análisis de actividades productivas ..... | 83 |
| Grafico 80- Análisis de actividades lúdicas .....     | 84 |
| Grafico 81- Análisis de actividades de servicio ..... | 85 |
| Grafico 82- Somatografía nivel 1 .....                | 86 |
| Grafico 83- Análisis de Somatografía nivel uno .....  | 86 |
| Grafico 84- Somatografía nivel dos .....              | 87 |
| Grafico 85- Análisis de Somatografía nivel dos .....  | 88 |

## INDICE DE TABLAS

|   |    |
|---|----|
| Tabla 1- Tabla de Características del Ciclo de Vida .....                                     | 23 |
| Tabla 2- <b>Porcentaje de población de 60 años y más en Bogotá según localidades</b><br>..... | 42 |

:

## 1. INTRODUCCION

El siguiente trabajo es presentado como tesis de grado para la carrera de Diseño de Espacios y Escenarios de la Universidad Piloto de Colombia, el objetivo final es la creación de un espacio servicio que va dirigido a la población de adultos mayores de 60 a 85 años, pertenecientes a los estratos 1 2 y 3 en la ciudad de Bogotá.

En Bogotá es frecuente observar la difícil situación que vive gran parte de las personas mayores vinculadas a instituciones que les brindan diversos servicios, las cuales no cumplen con los requisitos básicos como tampoco espacios adecuados acorde a sus necesidades y requerimientos. Lo cual condujo la creación de este proyecto y para poder elaborarlo, es necesario identificar las necesidades, interés y condiciones que tiene este tipo de población.

Las personas mayores han sido parte fundamental de la sociedad, pero a través del tiempo éstos han soportado diversas problemáticas como la falta de autonomía, abandono, escases de oportunidades laborales, de afecto y de soledad. La tercera edad no se puede olvidar ni descuidar, por el contrario se debe cuidar y velar para que sus condiciones de vida sean las mejores, gozando de toda la protección y el bienestar que ellos merecen, mediante este club de atención y recreación estas personas tendrán actividades de tipo productivo, recreativo sobre todo una buena atención haciéndolos sentir parte y miembros activos de la sociedad.

## **2. PLANTEAMIENTO DEL PROYECTO**

### **2.1 MODALIDAD DEL PROYECTO**

Este trabajo corresponde a la modalidad de tesis de grado con el objetivo de resolver las necesidades e intereses del adulto mayor, de acuerdo a una investigación realizado en visitas a hogares geriátricos, centros días y grupos al cuidado de las personas mayores.

### **2.2 DEFINICION DEL TEMA**

Diseño de un espacio servicio para adultos mayores de estratos 1, 2 y 3 donde se desarrollen actividades lúdicas recreativas y productivas.

#### **2.2.1 Factores Objetivos**

- La ausencia de espacios adecuados que cumpla con las necesidades básicas del adulto mayor
- La mayoría de hogares geriátricos y centros días no tienen espacios diseñados de acuerdo a las actividades que se realizan en estos lugares.

#### **2.2.1 factores subjetivos**

- Durante mi experiencia visitando diferentes hogares geriátricos, centros días y programas sociales enfocados hacia el adulto mayor, se observa el déficit de espacios que no son diseñados de acuerdo a las necesidades y requerimientos que merece el adulto mayor.

### 3. PROBLEMÁTICA

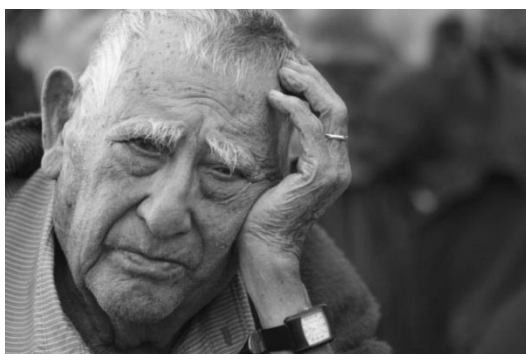
Se evidencia actualmente la falta de espacios adecuados y diseñados de acuerdo a las características de las personas mayores, la necesidad por lugares en los cuales puedan socializar con más personas, como igual forma la escasez ambientes elaborados donde este tipo de población puedan realizar actividades que fortalezcan sus habilidades físicas, psicológicas y productivas. Esto conlleva a que se enfrente a situaciones de vulnerabilidad tales como aislamiento, traumas y soledad. por esto para él es difícil reconocerse como un sujeto activo e importante en la sociedad.

#### 3.1 ACTORES

##### 3.1.1 ACTORES PRIMARIOS

Los actores o población que va dirigido este proyecto son personas de un rango de 60 a 85 años pertenecientes a la tercera edad de estratos 1 2 y 3, ubicados en la ciudad de Bogotá. Personas que no tienen limitaciones graves en su salud, pero que necesitan de un servicio especial.

Grafico 1 anciano triste



Fuente:[http://comodejar.info/wp-content/uploads/2015/06/adultos\\_mayores.jpg](http://comodejar.info/wp-content/uploads/2015/06/adultos_mayores.jpg)

Grafico 2 grupo de adultos mayores deprimidos



Fuente:[http://sintesis.mx/images/imagenes-articulos/sintesis\\_adultos-mayores-grande.jpg](http://sintesis.mx/images/imagenes-articulos/sintesis_adultos-mayores-grande.jpg)

#### **3.1.1.1 Abandono del adulto mayor:**

Las Personas mayores se encuentran en una situación de abandono, lo cual se genera un problema para todos, ya que estas personas son muy importantes en la sociedad y de tal manera necesitan de una buena atención, pues cada vez el ritmo del envejecimiento de la capital es acelerado. En diez años esa población pasó de 506.875 personas a 902.614, según Los cálculos del Departamento Nacional de Estadística (Dane). De acuerdo con estos datos, actualmente los adultos mayores no se les brinda una atención adecuada, simplemente los excluyen, dejándolos a un lado y viéndolos como seres “inútiles”

#### **3.1.2 ACTORES SECUNDARIOS:**

##### **3.1.2.1 Familia:**

Uno de los problemas más comunes es cuando una persona de la tercera edad cumple con su vida laboral útil, persona que no es productiva en términos económicos para un grupo familiar, transformándose en una carga potencial de gastos para la familia a la que pertenece. Situación que se transforma en causal rompimiento de relaciones sentimentales produciendo un ambiente de agresión tanto física, verbal y psicológico. Llegando hacer excluidos, abandonados y dejándolos al cuidado de terceras personas.

##### **3.1.2.2. Sociedad**

La sociedad se ha transformado y las personas se han acostumbrado a vivir de esta manera, pero los adultos mayores les cuesta aceptar este cambio, las costumbres de una generación a otra cambiaron radicalmente, la cultura se ha visto



influenciada por factores que antes ni se venían venir y entenderlos es muy complejo, lo cual genera que sean rechazados y excluidos, ya sea con o sin intención.

### **3.1.2.3. Instituciones:**

Es frecuente observar la difícil situación que vive gran parte las personas mayores vinculadas a instituciones que les brindan diversos servicios, las cuales no cumplen con los requisitos básicos, como la falta de espacios adecuados y diseñados de acuerdo a las características y necesidades que ellos merecen. La Dirección General de Promoción Social recibe diferentes quejas y denuncias sobre las deficiencias en la calidad del servicio prestado por los hogares geriátricos, y centros de bienestar del anciano tanto públicos como privados.

#### **A. Programa Social Puerto Rico Aprende Y Emprende Para Personas Mayores:**

Es un programa social donde brinda servicios a las personas mayores en la localidad de San Cristóbal, pero en la cual no tienen un espacio adecuado, ya que es simplemente un salón comunal del barrio. Sillas antiguas que no son cómodas de acuerdo a la ergonomía de ellos. Como también a la hora de realizar actividades solo tiene una mesa que ha sido adecuada para funcionar nuevamente.

Grafico 3 fachada del salón comunal



Fuente: tomada por la autora

Grafico 4 personas sentadas



Fuente: tomada por la autora

Grafico 5 mesa del salón Comunal



Fuente: tomada por la autora

b. Hogar geriátrico



Como se puede observar en las siguientes imágenes este hogar geriátrico es una casa familiar, en la cual no ha sido adecuada e intervenida a las necesidades y requerimientos que merece las personas mayores. En la sala se observa un espacio donde estas personas no tiene la tranquilidad ya que se encuentra igualmente la oficina de la directora y para acceder al segundo piso se encuentra escaleras el cual no es apropiado para ellos.

Grafico 6 fachada hogar geriátrico



Fuente: tomada por la autora

Grafico 7 sala hogar geriátrico



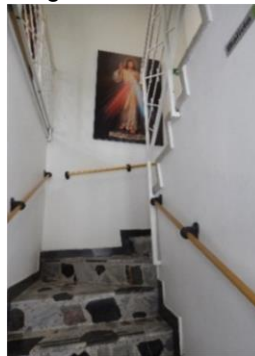
Fuente: tomada por la autora

Grafico 8 oficina hogar geriátrico



Fuente tomada por la autora

Grafico 9 escaleras para acceder al segundo Piso.



Fuente tomada por la autora

**c. Centro día el bosque Engativá:** es un programa de protección social hacia el adulto mayor ofrecido el distrito en el cual lo que hacen es alquilar una casa familiar para ofrecer los servicios. Donde se puede observar que no tienen los espacios adecuados. A la hora de almorzar lo que hacen es adecuar la mayor parte del primer nivel para todos los adultos, pero todos no pueden comer sentados. Y para acceder al segundo nivel tienen que subir por las escaleras lo cual no es apropiado para ellos ya que su salud se va deteriorando y se vuelven más lentos.

Grafico10 fachada centro día



Fuente tomada por la autora

Grafico 11 adultos mayores almorzando



Fuente tomada por la autora

Grafico12 escaleras para acceder al segundo nivel



Fuente tomada por la autora

#### 4. JUSTIFICACION

En Bogotá se puede observar la falta de espacios adecuados de acuerdo a las necesidades e intereses que viven actualmente las personas mayores vinculadas a hogares geriátricos, centros días o comunidades al cuidado del adulto mayor, las cuales no cumplen con los requisitos básicos para la realización de actividades que se realizan en estos lugares.

Este proyecto consiste en el diseño de un espacio servicio para adultos mayores en situación de vulnerabilidad, con espacios elaborados de acuerdo a las actividades que se desarrollan en este club, en el cual se potencialicen su psicomotricidad tanto física, mental y fisiológica, como también permitiéndolos sentir que nuevamente productivos; En este espacio ofrece varios escenarios en el cual el adulto mayor pueda escoger las actividades que más lo identifiquen para que puedan fortalecer sus habilidades.

De acuerdo a las encuestas realizadas hacia las personas mayores las actividades que se ofrecen en este club son:

- **productivas:** huertas y jardines, modistería, artesanía y pintura.
- **Lúdicos-recreativas:** música, baile, cine, sala de televisión y juegos tradicionales, como tejo, rana, y juegos de mesa.
- **Servicio:** gimnasio, restaurante, servicio de salud.

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1 OBJETIVO GENERAL**

Incentivar a los adultos mayores a seguir siendo miembros activos, mediante el desarrollo de actividades productivas y recreativas, Por medio del diseño de un espacio servicio, donde permitan fortalecer su psicomotricidad tanto física como psicológica y puedan compartir con otras personas o seres queridos dentro de este espacio.

### **5.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Reforzar las relaciones sociales y familiares del adulto mayor mediante el diseño de espacios donde puedan compartir y realizar actividades de tipo recreativo como productivo.
- Fortalecer los procesos de autonomía del adulto mayor por medio de un espacio-servicio donde estimulen sus habilidades.
- Diseñar un lugar con espacios lúdicos-recreativos, donde el adulto mayor se divierta de manera segura y que se adecue a sus intereses y necesidades.
- Ofrecer un ambiente de aprendizaje basado en oficios que fortalezcan las habilidades y competencias del adulto mayor en el sector productivo.
- Generar espacios acorde a las necesidades del adulto mayor, donde se potencialice su psicomotricidad tanto física, fisiológica y mental

### **5.3 Límites:**

La formulación de una propuesta de diseño bajo la realización de estudios entre la interacción del sujeto con el espacio para la construcción y realización de escenarios donde ellos integraran y formaran parte de ese ambiente diseñado.

### **5.4 Alcances:**

- Diseño espacial para las diferentes actividades del club.
- Elaboración de los planos generales.
- Realización del logo correspondiente al tema del proyecto “Los sueños de mi vejez”.
- Entrega del documento final escrito donde se presenta el desarrollo de la propuesta de todo el proyecto.

## **6. MARCO TEORICO**

A continuación se presentan algunos conceptos básicos sobre los cuales se construyen y se desarrolla este proyecto.

### **6.1 Persona mayor:**

Nombre que reciben quienes pertenecen al grupo etáreo que comprende personas que tienen más de 60 años de edad. El adulto mayor pasa por una etapa de la vida que se considera como la última, en la que los proyectos de vida ya se han consumado, siendo posible poder disfrutar de lo que queda de vida con mayor tranquilidad. Usualmente las personas de la tercera edad han dejado de trabajar, o bien jubilan, por lo que su nivel de ingresos decrece en forma considerable, lo que

junto con los problemas de salud asociados a la edad pueden traer consecuencias en todos los ámbitos de su vida.

Otro punto de vista del cual se trata delimitar una definición de lo que es un anciano es del punto social, en diversas culturas como en la colombiana se encuentran claros ejemplos en los cuales se trata de imponer la idea de que las personas mayores de 40 años ya se les consideran incapaces para realizar ciertas actividades laborales y en donde ya se consideran ancianos a personas mayores de 50 años.

De esta manera se llega a la definición de anciano por medio de el contexto de ciclo de vida, en el año 1978 se realiza una propuesta, en la cual se integran aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Y en donde aunque la edad hasta cierto punto entra a definir las etapas, no es la característica fundamental para esta determinación, ya que se toma solo como una parte del proceso, se hablan de 4 etapas, pre adulta, adultez temprana, adultez media y adultez tardía la cual según Levinson se da después de los 60 años.

La adultez tardía se diferencia por diversas características tanto fisiológicas como psicológicas, como se muestra a continuación:

Tabla 1: Tabla de Características del Ciclo de Vida

|                                    |  |  |
|------------------------------------|--|--|
| Adultez TEMPRANA<br>(18-40)        | Supone la culminación del ciclo vital. •   | Época propicia para materializar los sueños de juventud:<br>1. Selección de una profesión.<br>2. Conseguir un lugar en la sociedad.<br>3. Fundar y crear la propia familia.<br>4. Adquirir una ideología propia.   |
| Adultez INTERMEDIA<br>(40-60)      | Algunas habilidades, capacidades y destrezas decrecen, pero son suplidas por la experiencia y madurez. | Época de estabilidad. Se preocupa:<br>5. De la crianza y educación de los hijos.<br>6. Mantiene la competencia en el campo profesional y laboral.<br>7. Proyección hacia el mundo exterior: comienza a interesarse por actividades y responsabilidades de grupo, asuntos económicos y comunitarios.<br>8. Aceptar los cambios fisiológicos de la edad y adaptarse a ellos. |
| Adultez TARDÍA<br>(65 en adelante) | Declive de la fuerza, habilidades y destrezas físicas.   | 9. Se repliega e interioriza: pérdida de responsabilidades profesionales y familiares.<br>10. Se vuelve más realista.<br>11. Se interesa más por las recompensas a corto plazo.<br>12. Debe asumir la pérdida del cónyuge e incluso su propia vida.  |

*Fuente: Etapas y Consideraciones para el Aprendizaje, Luis Amador Muñoz, Universidad Pablo de Olavide, Sevilla.*

Como se mencionó con anterioridad la población objetivo del proyecto son las personas que se encuentran en la etapa de adultez tardía, es decir, personas mayores de 60 años con determinadas características tanto físicas como psicológicas, siendo características físicas las que se tratarán a continuación.

Es importante mencionar que en esta etapa de la vida el ser humano empieza a padecer de diversas condiciones degenerativas que no solo físicas sino que también mentales, razón por la cual se diferenciaron las características físicas de la adultez tardía y características psicológicas de la adultez tardía, haciendo mayor énfasis en las condiciones especiales y riesgos que se presentan con mayor probabilidad en esta edad.



### **6.1.1. Caracterización física del adulto mayor:**

Cuando se empieza a estudiar el tema del envejecimiento, es importante empezar por mencionar, que a nivel físico existen muchas teorías que explican la existencia de este fenómeno estas teorías son, la teoría del deterioro, la teoría celular, la teoría metabólica y la teoría de la muerte celular programada.

#### **6.1.1.1. Teoría del deterioro:**

Teoría del desgaste como también se le conoce propone que el cuerpo se deteriora gradualmente, a medida que se usa, hasta llegar a un punto donde se desgasta totalmente. Esta teoría explica de una buena forma muchos de los síntomas presentados durante el proceso de envejecimiento.

#### **6.1.1.2. Teoría celular:**

Más que una única teoría es un conjunto de teorías, las cuales se basan en el estudio del funcionamiento interno de la células humanas, y propone que durante el periodo de vida las células acumulan en su interior sustancias nocivas que no son eliminadas, si no por el contrario se acumulan, lo que provoca el deterioro de las células en el largo plazo, lo cual es lo que genera el envejecimiento, como un síntoma de este proceso.

#### **6.1.1.3. Teoría metabólica:**

Se concentra en explicar el envejecimiento por medio del estudio de aspectos del metabolismo corporal humano, siendo los procesos de la ingestión de calorías y el estrés los más importantes, esta teoría argumenta que la dieta y la forma como se maneja el estrés tiene efectos directo en la forma como se comporta el organismo

humano, y por ende de estos depende la forma y la velocidad de envejecimiento del ser humano.

#### **6.1.1.4. Teoría de la muerte celular programada:**

Esta teoría establece que el envejecimiento es un proceso genéticamente programado, es decir el tiempo de vida y por ende el momento de nuestra muerte está programado en nuestros genes, y a medida que nos acercamos a este momento las células empiezan un proceso de autodestrucción.

Más allá de las causas que generen este proceso, el envejecimiento es una realidad que todos los seres humanos en algún momento de la vida tendrán que afrontar, y con él vienen una serie de cambios físicos que no se pueden pasar por alto, y que para el proyecto son de suma importancia ya que delinean necesidades que el club debe estar en condiciones de satisfacer, y situaciones a las que se deberá afrontar. Al momento de envejecer se presentan muchos cambios físicos, como se mencionó anteriormente, que son inevitables, aunque se presentan en diferente proporción y a un ritmo desigual en cada persona. Los cambios físicos propios de la vejez son los siguientes:

#### **6.1.2. Cambios en el sistema cardiovascular y respiratorio**

La aparición de enfermedades cardiovasculares, como lo son los ataques cardíacos y la hipertensión aumenta de forma alarmante con la edad. Este tipo de enfermedades son muy frecuentes en ancianos, estas son un síntoma de los muchos cambios que ocurren al interior del cuerpo de una persona en esta etapa, algunos de los cambios que suceden en el sistema cardíaco y que generan la aparición de estos problemas son; el sistema valvular empieza a presentar una mayor concen-

tración de calcio con la edad, lo que genera mayor rigidez en las válvulas, además de lo anterior se sabe que con la edad tiende a aumentar el grosor de las paredes del corazón y atrofiarse las células del mismo, lo cual permite la aparición de arritmias y el desarrollo de insuficiencias cardíacas.

Junto a lo que sucede en el sistema cardiovascular, el sistema respiratorio también sufre diversos cambios con el paso del tiempo y el envejecimiento, siendo de suma importancia los diferentes cambios tanto anatómicos y funcionales del sistema. “Los cartílagos costales presentan calcificaciones y la columna a menudo presenta cifosis marcada con aumento del diámetro anteroposterior del tórax, por cuanto la distensibilidad de la pared muscular disminuye. Disminuye la elastina de la pared bronquial así como el colágeno. Hay aumento de secreción mucosa con aumento relativo de las células caliciformes.

### **6.1.3. Cambios en la piel**

La piel es el órgano que es más propenso a recibir daño a través del tiempo, en especial por efectos del sol. Con el tiempo se hace más delgada, más seca y se vuelve menos elástica y arrugada. La piel pierde gran parte de su contenido de colágeno produciendo arrugas, la hipodermis se ve adelgazada por la disminución del tejido graso.

#### **6.1.4. Masa Muscular**

Entre los 30 y los 80 años se pierden entre el 30% y 40% de la masa muscular, Esta pérdida se acelera con el paso de los años, por la misma perdida muscular el cuerpo pierde fuerza con los años, sumando a esto la remodelación de los tendones y ligamentos se hace más lenta lo que genera mayores dificultades de movimiento con el tiempo.

#### **6.1.5 Cambios en la estructura ósea**

En esta etapa de la vida hay un decremento de la masa ósea, reducción del grosor de la cortical. En los hombres la masa ósea es mayor a través de toda la vida y la pérdida de los estrógenos femeninos termina con el efecto inhibitor de estos sobre los osteoclastos. Es común la aparición de la osteoporosis, que es la pérdida de masa ósea en los huesos, típicamente en caderas y vertebras, al mismo tiempo que se puede presentar fallas en la calcificación de los huesos y acumulación de hueso no calcificado.

#### **6.1.6. Sistema nervioso**

El sistema nervioso se afecta de manera importante con el paso del tiempo. El peso cerebral disminuye con la edad y su flujo se reduce en un 20%. Existe una clara perdida de neuronas y disminución de la mielina lo que provoca problemas en las conexiones nerviosas. Todos estos cambios producen perdida de reflejos, problemas para conciliar el sueño y su efecto reparador.

#### **6.1.7. Visión**

La órbita del ojo pierde su contenido graso, lo que genera un efecto de ojos hundidos, a la vez que se produce una pérdida de transparencia de la cornea y 12 una disminución del diámetro de la pupila y el iris, lo que genera una disminución a la adecuación del ojo a los cambios de luz. Se suele presentar cataratas por la deshidratación del lente del ojo a esta edad. En adición se suele perder la agudeza visual con el pasar de los años.

#### **6.1.8. Sistema Inmune**

El sistema inmune se fuertemente afectado con el pasar de los años, lo que genera un aumento de la tasa de infecciones, alteraciones autoinmunes diversas e incapacidad de ejercer control adecuado de virus.

#### **6.1.9. Sistema Renal**

En una edad avanzada se suelen presentar insuficiencias renales, estas a causa de la degeneración de los riñones junto a patologías que afectan a los mismos. Se espera en estas edades una disminución del flujo renal y la aparición de cálculos en las vías urinarias.

#### **6.1.10. Sistema digestivo**

Se reduce la capacidad de percibir los sabores dulces y salados. Los dientes presentan retracción de los recesos gingivales, reducción de la pulpa dental y consecuente reducción de la inervación. Se presenta una disminución en la producción de saliva y atrofia de la mucosa periodontal, lo que genera mayores lesiones dentales .En esta etapa se empiezan a presentar problemas en la coordinación de los

músculos esofágicos la dilatación del diafragma, lo cual acarrea lesiones en el tubo digestivo. La reducción de elasticidad de la pared del recto y la disminución de la movilidad general del intestino puede conducir a la presencia de constipación.

A nivel del esfínter también se presenta una disminución de la elasticidad lo cual puede provocar incontinencia fecal.

#### **6.1.11. Oído**

Empieza presentarse mayor acumulación de cerumen en el oído externo, mientras en el oído medio se adelgaza la membrana timpánica al mismo tiempo que pierde elasticidad, estos cambios junto a la pérdida de eficiencia del sistema de huesillos del oído acarrearán la pérdida de la audición principalmente en tonalidades bajas.

#### **6.1.12. Enfermedades que se presentan comúnmente en la adultez tardía**

- **Accidente Cerebro Vascular:** Enfermedad vascular que afecta a las arterias del cerebro, provocando pérdida de oxígeno en el cerebro.
- **Alteraciones de la Refracción del Ojo:** Alteraciones en el lente del ojo
- **Arterioesclerosis de las Extremidades**
- **Artrosis:** Enfermedad articular por degeneración de las articulaciones
- **Cataratas:** Pérdida de la transparencia del cristalino
- **Alzheimer:** Enfermedad progresiva que provoca pérdida de la memoria, provocando en etapas avanzadas problemas perceptivos, del lenguaje y emocionales.

- **Parkinson:** Enfermedad neurológica, que genera rigidez muscular pérdida del control de los movimientos.

- **Hipertrofia Benigna de Próstata:** Aumento relativo del estrógeno en lo hombre a causa dl aumento de tamaño de la glándula prostática.

- **Vértigo:** Pérdida de la conciencia del espacio, lo cual genera pérdida de la estabilidad.

- **Temblores**

## **6.2. Teorías explicativas del comportamiento social de los adultos mayores:**

### **6.2.1 Teoría de la desvinculación:**

Afirma que los individuos mayores son propensos a formas de aislamiento social, es decir a una reducción de contactos sociales. Situación que afecta emocionalmente a las personas teniendo repercusiones directas en su bienestar y autoestima.

### **6.2.2 Teoría de la Actividad:**

La cual parte de la hipótesis que solo una persona productiva es feliz, esta teoría afirma que la jubilación genera una pérdida del rol, algo que se refleja no solo a nivel social si no también familiar, lo cual genera una desvinculación con su entorno.

### **6.2.3. Teoría del Contexto Social:**

Más allá de las condiciones biológicas, la persona anciana es un producto de su entorno, y su comportamiento dependerá de las situaciones que lo rodeen, lo que puede generar en efectos positivos como en efectos negativos para la persona, ya que su entorno dicta la manera como la persona anciana reacciona ante las situaciones.

### **6.2.4 Teoría de la Continuidad:**

El anciano se comporta en la misma forma en la que se ha comportado en toda su vida, y más allá de las diferentes limitaciones, tratara de mantener el estilo de vida que mantuvo en el pasado, al igual que sus formas de reaccionar, comportarse y relacionarse.

### **6.2.5 La teoría de la ancianidad como subcultura**

Diferencia a las personas de la tercera edad como un grupo aparte, esto lo explican diciendo que la característica particular que relacionan a estas personas sumadas a su aislamiento, permite que conformen un grupo social aparte (minoritario). Para entender de mejor forma lo anterior hay que ahondar en lo que es cultura y sociedad, sus características y diferencias, y a partir de ahí identificar las particulares que se presentan en las personas de mayor edad.

### **6.3. Envejecimiento:**

Proceso normal por el que atraviesa el ser humano a lo largo del ciclo vital. Esto replantea el antiguo concepto de entender que las personas inician su proceso de



envejecimiento a partir de una edad avanzada determinada (por ejemplo, a los 60 o 70 años); el proceso se inicia en la concepción y termina con la muerte

#### **6.4 Vejez:**

Representa el ciclo final del proceso de envejecimiento. Por ello, las condiciones en esta etapa dependen del desempeño, logros y frustraciones, de los períodos precedentes. Algo similar sucedería con otras etapas de edad avanzada. La adultez dependerá también de la preparación brindada en la juventud y la niñez, etc. El rasgo de la vejez radica en que las personas ya no tienen muchas posibilidades de mejorar su calidad de vida. La disminución natural de la capacidad física y el esquema de valoración social imperante en las sociedades occidentales (competencia, productividad, individualismo, etc.), generan marcadas restricciones de tipo económico y social para las personas mayores. Se considera entonces como una etapa del proceso de envejecimiento, así como la infancia y la juventud.

### **6.5. POBLACION ADULTO MAYOR**

#### **6.5.1. Envejecimiento poblacional en Colombia**

El aumento de proporción de personas de edad avanzada con respecto al total de la población. El fenómeno del envejecimiento demográfico obedece principalmente a cambios en las variables demográficas de expectativa de vida, la estructura por edades, la fecundidad, la mortalidad y la migración internacional.

##### **6.5.1.1 Mortalidad y Expectativas de Vida**

La disminución en la mortalidad de una población permite que las personas sobrevivan hasta edades avanzadas, hay que aclarar que en una primera instancia cuando se habla de disminución de la mortalidad de un país, esta reducción tiende

a ser más acentuada en la población más joven, y por ende se podría hablar de un rejuvenecimiento de la población y no de un envejecimiento. Pero este análisis solo es válido en el corto plazo ya que en el largo plazo, la disminución de la mortalidad infantil genera una disminución en la mortalidad de las personas adultas, ya que la evolución en las etapas iniciales de la vida permiten un mayor expectativa de vida en los adultos mayores.

**6.5.1.2 Bienestar de la persona mayor:** Persona mayor con satisfacción de las necesidades físicas, biológicas, psicológicas, sociales, emocionales, mentales y espirituales, considerando sus hábitos y capacidades.

**6.5.1.3 Centros de promoción social para personas mayores:** Son los centros (llamados también instituciones o servicios de atención) que prestan diferentes tipos de atención y cuidado a las personas mayores. Son espacios favorables para la capacitación, recreación y el desarrollo de proyectos de vida y productivos y destinados al bienestar de la persona mayor.

**6.5.1.4 Clases de Servicios que ofrecen los centros de promoción social para personas mayores:** de acuerdo con el tipo de usuario al cual se le brinde el servicio y los recursos con los que cuente, pueden ser: servicios habitacionales o Residenciales, de cuidados, de asesoría y educación, de recreación y socialización. Actualmente empiezan a funcionar en el país, centros especializados en atención domiciliaria y servicios telefónicos de asistencia. Cuando los centros ofrecen servicios de salud, estos deben estar habilitados de acuerdo con lo establecido en el Decreto 1011 de 2006 o la norma que la modifique o sustituya.

**6.5.1.5 Sistema de Protección Social:** La Ley 789 del 27 de diciembre de 2002 crea el Sistema de Protección Social y lo define como “el conjunto de políticas públicas orientadas a disminuir la vulnerabilidad y a mejorar la calidad de vida de los

colombianos, especialmente de los más desprotegidos. Para obtener como mínimo el derecho a: la salud, la pensión y al trabajo”.

**6.5.1.6 Promoción Social:** el Plan de Desarrollo establece que es "el conjunto de acciones del estado, la sociedad y la familia así como las instituciones y los recursos dirigidos a la superación de la privación y a la expansión de las oportunidades de los grupos pobres y vulnerables, bajo un marco de corresponsabilidad.

Por su parte, el Sistema de Promoción Social, comprende el conjunto de entidades y organismos públicos y privados, normas y procedimientos que están en función del diseño, formulación, inspección, vigilancia, control y la ejecución de las acciones de promoción social, incluyendo el Sistema Nacional de Bienestar Familiar, bajo la dirección del Ministerio de la Protección Social"<sup>10</sup>. Bajo este enfoque, se propone en este documento que los centros de atención se denominen Centros de Promoción Social para la persona mayor.

**6.5.1.7 Calidad de la atención social para la persona mayor:** Se entiende como la provisión de servicios de Promoción social a las personas mayores individuales o colectivos, de manera accesible y equitativa, a través de un nivel personal óptimo, teniendo en cuenta el balance entre beneficios, riesgos y costos, con el propósito de lograr la adhesión y satisfacción de dichos usuarios.

**6.5.1.8 Estándar:** Declaración que define las expectativas de desempeño, estructura o proceso que son esenciales en un centro o servicio, para mejorar la calidad de la atención.

**6.6 GERONTOLOGIA:** Busca aprender los diversos aspectos de la vejez y el envejecimiento de una población, tales como el psicológico, social, económico y hasta cultural. Por otra parte se comprende sus necesidades físicas, mentales y sociales. La comprensión de los procesos biológicos relacionados con

el envejecimiento. Los temas incluidos en esta área comprenden la hormesis, los antioxidantes, las células de vástago, los radicales libres, dieta, inmunología y heterólogos. El tratamiento y estudio de estos aspectos queda a cargo generalmente de médicos geriatras, sin embargo, no deben ser descuidados por los gerontólogos en sus tareas de evaluación y toma de decisiones.

### **6.7 Hogar geriátrico**

Un hogar geriátrico es una institución compuesta por médicos y enfermeros que se ocupa exclusivamente del cuidado y el tratamiento de los individuos ancianos. Cuando las personas avanzan en edad, su estado de salud se vuelve mucho más frágil, desde lo físico y hasta lo psíquico, requerirá muchas veces de un cuidado especial y muy preciso que a veces la familia no logra brindar o tampoco puede hacerlo.

Por otra parte, puede suceder que el adulto mayor se encuentre solo, entonces, decide ingresar a una institución de este tipo que le garantizará un cuidado y una atención dedicada durante las 24 horas del día.

## **7 MARCO LEGAL:**

### **ADULTO MAYOR**

**Artículo 5:** El Estado reconoce, sin discriminación alguna, la primacía de los derechos inalienables de la persona y ampara a la familia como institución básica de la sociedad.

**Artículo 10.** La presente ley busca garantizar la atención y prestación de servicios integrales con calidad al adulto mayor en las instituciones de hospedaje, cuidado, bienestar y asistencia social. (Ley 1315 2009)

**Artículo 13:** Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica.

El Estado promoverá las condiciones para que la igualdad sea real y efectiva y adoptara medidas en favor de grupos discriminados o marginados.

El Estado protegerá especialmente a aquellas personas que por su condición económica, física o mental, se encuentren en circunstancia de debilidad manifiesta y sancionará los abusos o maltratos que contra ellas se cometan.

**Artículo 46:** El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. El Estado les garantizará los servicios de la seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia.

**Artículo 48:** La Seguridad Social es un servicio público de carácter obligatorio que se prestará bajo la dirección, coordinación y control del Estado, en sujeción a los principios de eficiencia, universalidad y solidaridad, en los términos que establezca la Ley.

Se garantiza a todos los habitantes el derecho irrenunciable a la Seguridad Social.

El Estado, con la participación de los particulares, ampliará progresivamente la cobertura de la Seguridad Social que comprenderá la prestación de los servicios en la forma que determine la Ley. La Seguridad Social podrá ser prestada por entidades públicas o privadas, de conformidad con la ley. No se podrán destinar ni utilizar los recursos de las instituciones de la Seguridad Social para fines diferentes a ella. La ley definirá los medios para que los recursos destinados a pensiones mantengan su poder adquisitivo constante.

**Artículo 49:** La atención de la salud y el saneamiento ambiental son servicios públicos a cargo del Estado. Se garantiza a todas las personas el acceso a los servicios de promoción, protección y recuperación de la salud.

**Artículo 52:** Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará las organizaciones deportivas, cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

## **7.1 POLITICAS PÚBLICAS SOBRE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ EN BOGOTA**

El concejo de Bogotá junto a la administración distrital construyó una serie de programas y actividades que garantizaran los derechos y la integración de las personas mayores en la vida cotidiana. Entre los acuerdos hechos está el acuerdo 6 de 1997 el cual pretende dar prioridad a las personas mayores a las actividades recreativas y culturales; los acuerdos 310 de 1982 y el 149 de 2005, se pone en marcha programas para la educación de las personas mayores; el acuerdo 254 de 2006 dio los lineamientos para la construcción de una política pública integral destinada al envejecimiento y las personas mayores; el acuerdo 346 del 2008 reglamenta la gratuidad a la salud de las personas mayores de 60 años.

La Corte Constitucional de Colombia definió la dignidad humana como un atributo esencial y un derecho fundamental de los seres humanos, entendida como:

- 1) autonomía de la persona,
- 2) conjunto de condiciones materiales de existencia
- 3) intangibilidad del cuerpo y del espíritu, es decir, integridad física y moral.

Estas dimensiones son consideradas como condiciones fundamentales a partir de las cuales se estructura la PPSEV, que se desarrolla por 4 ejes

**1) Vivir como se quiere en la vejez.** Alude al reconocimiento de la autonomía y libertad de las personas viejas, a su capacidad de tomar decisiones y de participar activamente en los diferentes espacios de la vida social.

**2) Vivir bien en la vejez.** Expresadas en la satisfacción de las necesidades fundamentales (alimentación, vestido, vivienda, trabajo, educación, servicios públicos, recreación), que permitan vivir bien, reconociendo la diversidad.

**3) Vivir sin humillaciones en la vejez.** Hace referencia al cuidado y protección, es decir, al reconocimiento y respeto que deben tener las personas mayores por parte del Estado y de la sociedad, de manera que su integridad física sea protegida y, en caso de ser vulnerada, sea restituida.

**4) Envejecer juntos-as.** Apunta a visibilizar el proceso de envejecimiento como algo natural continuo y diverso, en el cual el adulto mayor aprovecha sus conocimientos y experiencias que le sirven para relacionarse con más personas

Para cada uno de los ejes la PPSEV propone un conjunto de estrategias que busquen concretar las políticas en acciones, estableciendo las responsabilidades que deben asumir los diferentes sectores de la administración, así como también el papel que corresponde a la familia y a la sociedad en su conjunto. Igualmente se contempla el seguimiento que debe hacerse a la Política con el fin de verificar su cumplimiento.

Una mirada al documento que contiene la PPSEV deja la impresión de que hay un sesgo asistencialista, lo que podría explicarse, de una parte, porque un buen número de talleres en las localidades fueron realizados con personas viejas usuarias de los programas distritales. Pero, de otra parte, está el hecho de que sólo el 30% de los mayores de 60 años que viven en Bogotá, recibe pensión, es decir, 70% no tiene pensión y la gran mayoría de ellos son pobres. Los estudiosos del envejecimiento cuestionarán que en el documento aún se siga hablando de ciclos de vida, cuando, a la luz de las recientes investigaciones, es más apropiado hablar de transcurso vital, entendiendo la vida como un proceso continuo, no separado o compartimentado, y, en consecuencia, un proceso permanente de envejecimiento que comienza desde el nacimiento.

## **7.2 PROYECTO 742 – ADULTO MAYOR**

### **Desarrollo de Capacidades y Oportunidades en Centros de Protección Social**

– **CPS:** Servicio social dirigido a personas mayores de 60 años que presentan dependencia moderada o severa, sin redes familiares o sociales de apoyo, en situación de fragilidad y vulnerabilidad social, prestándose el servicio de manera continua las 24 horas de domingo a domingo. (Ley 1315 de 2009).

**Desarrollo de Capacidades y Potencialidades en Centro Día:** Servicio social de atención integral durante el día diseñado para personas mayores en condiciones de vulneración o amenaza en su integridad que requieran acompañamiento social para estimular procesos de autonomía. Promueve el ejercicio de los derechos en el marco de la seguridad humana (Ley 1315 de 2009).

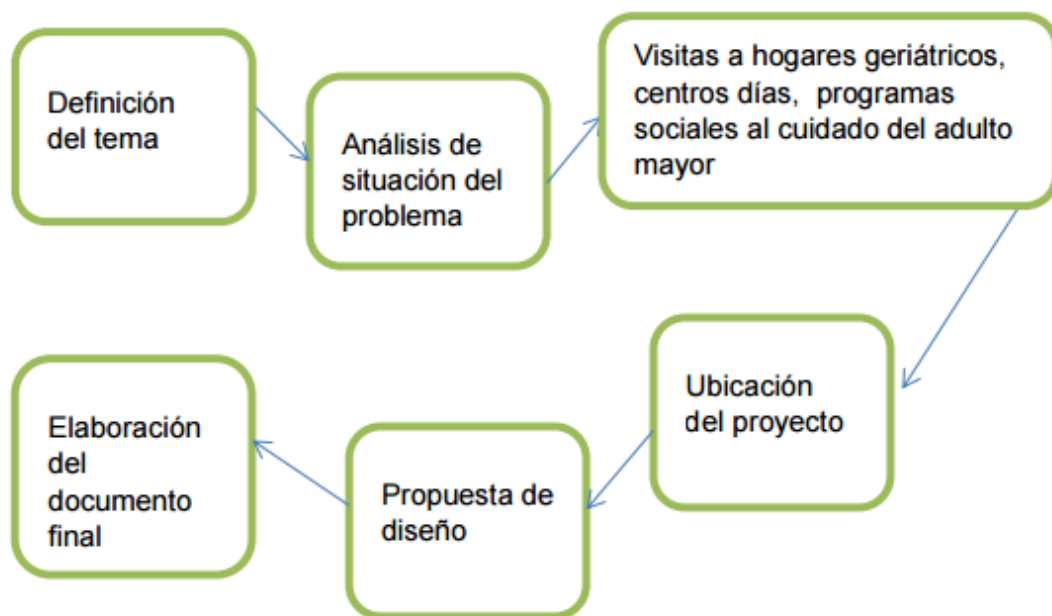


**Desarrollo de Capacidades y Potencialidades en Centro Noche:** Servicio social transitorio de atención integral que busca garantizar un alojamiento seguro para personas mayores de 60 años que no cuentan con un domicilio permanente para pasar la noche. El Centro Noche pretende garantizar la restitución de sus derechos a través de la satisfacción de necesidades básicas como dormitorio, alimentación y actividades de desarrollo humano que promuevan un envejecimiento activo.

\* Este servicio se presta durante 12 horas, de domingo a domingo.

**Desarrollo de Capacidades y Potencialidades con Apoyo Económico:** Este Servicio Social consiste en la entrega de un subsidio económico a personas mayores en situación de vulnerabilidad que busca contribuir al desarrollo y fortalecimiento de las capacidades y potencialidades relacionadas con la participación, incidencia, cuidado y redes sociales y familiares.

### **7.3 Esquema metodológico**



## 8. Datos

### 8.1 estudios

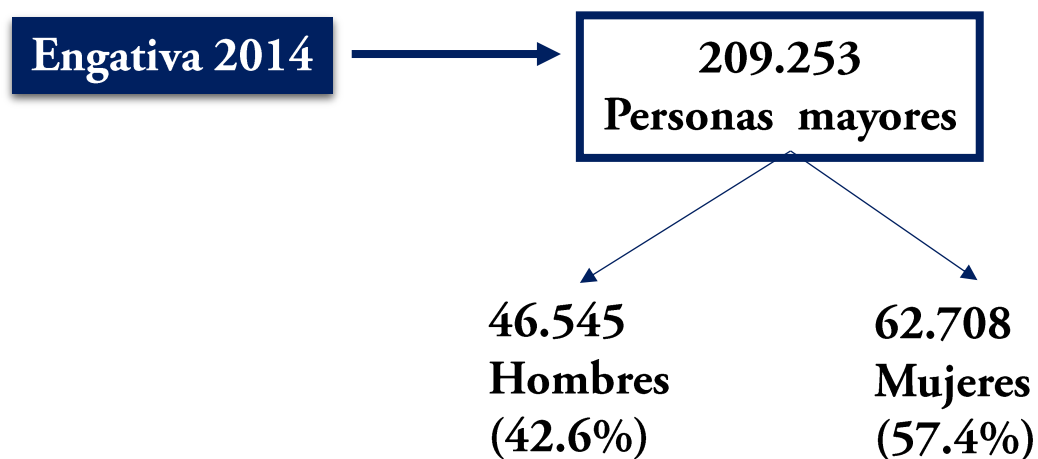
#### 8.1.1 Porcentaje de población de 60 años y más en Bogotá según localidades

| LOCALIDAD      |      |
|----------------|------|
| USME           | 5.9% |
| CIUDAD BOLIVAR | 6.5% |

|                |       |
|----------------|-------|
| BOSA           | 6.3%  |
| KENNEDY        | 8.1%  |
| SAN CRISTOBAL  | 8.5%  |
| SUBA           | 8.7%  |
| RAFAEL URIBE   | 9.0%  |
| FONTIBON       | 9.1%  |
| BOGOTÁ         | 9.3%  |
| TUNJUELITO     | 9.5%  |
| COLOMBIA       | 9.6%  |
| SUMAPAZ        | 10.1% |
| ENGATIVA       | 10.6% |
| SANTA FE       | 11.1% |
| ANTONIO NARIÑO | 11.9% |
| LOS MARTIRES   | 12.2% |
| USAQUEN        | 12.3% |
| PUENTE ARANDA  | 12.4% |
| LA CANDELARIA  | 13.3% |
| CHAPINERO      | 14.9% |
| BARRIOS UNIDOS | 15.1% |
| TEUSAQUILLO    | 15.8% |

Fuente: Documento No 4. Febrero 2009. Boletín: La población de Bogotá y sus localidades

Según las proyecciones de población del DANE a 2013 En términos absolutos la localidad de Engativá es la que concentra la mayor cantidad de personas mayores en la ciudad (12% de las personas mayores de Bogotá). No obstante, la nuestra no es la localidad más envejecida, es decir, no es la que cuenta con una más alta proporción de personas mayores sobre la totalidad de la población local. En Teusaquillo, por ejemplo, solo viven 26.000 *personas mayores*, pero estas representan el 18% de sus habitantes.

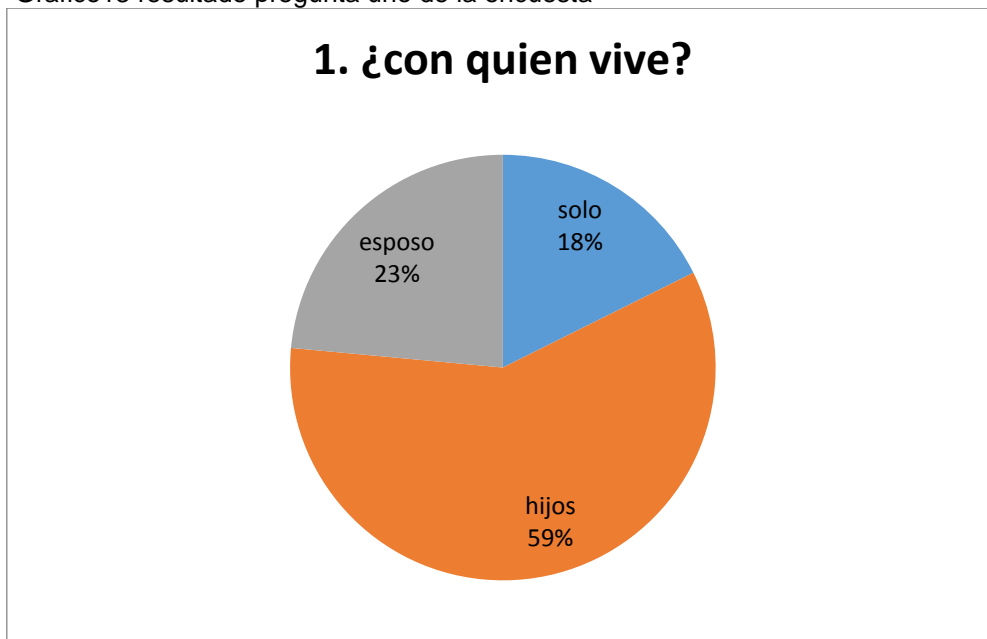


Fuente: censo del DANE 2005

## 8.2 Encuestas

### 8.2.1 resultados de la encuesta

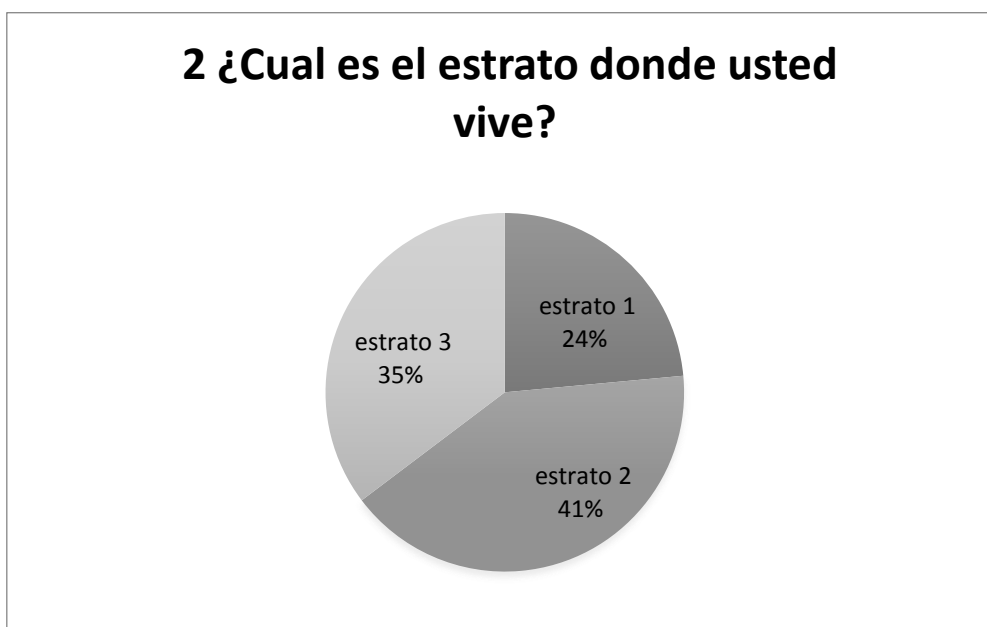
Grafico13 resultado pregunta uno de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: de acuerdo a esta encuesta se observó que la mayoría de adultos mayores viven con sus hijos aunque algunos adultos viven solos o con sus esposos.

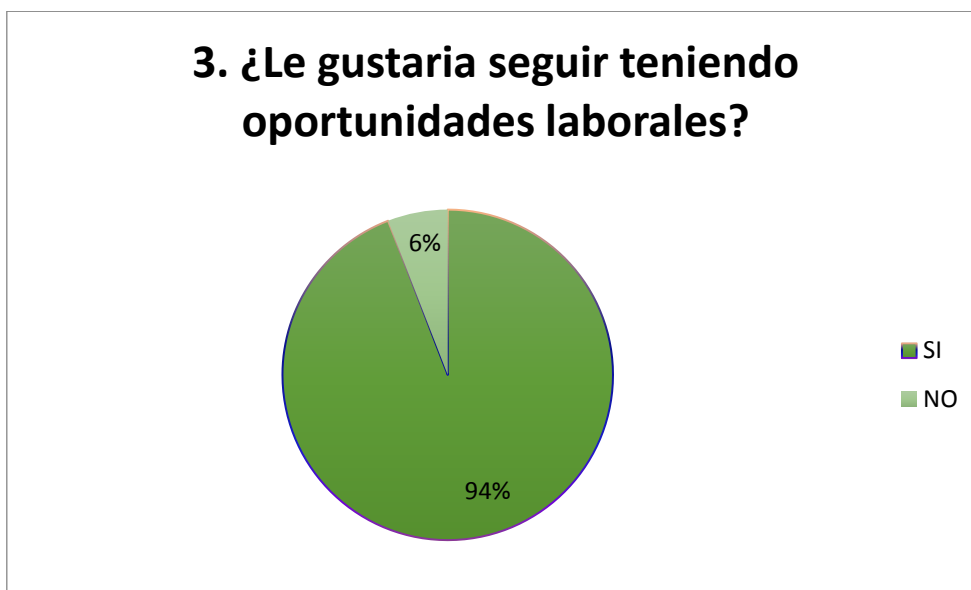
Grafico14 resultado pregunta dos de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: se identificó que el 41% de los adultos mayores encuestados viven en estrato 3, aunque el 59% por ciento viven en estrato 1 y 2, esto conlleva que estos adultos viven en situación de vulnerabilidad.

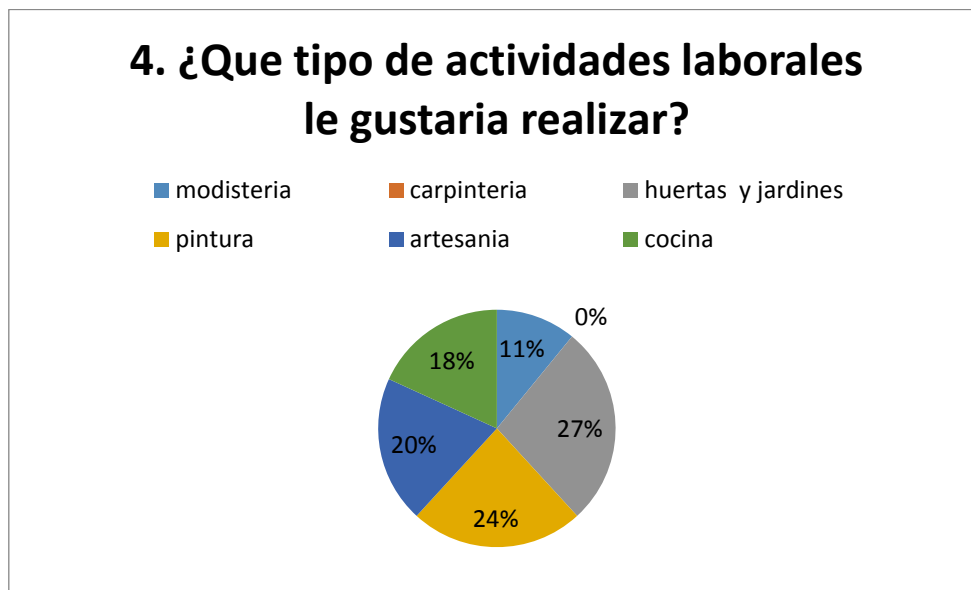
Grafico15 resultado pregunta 3 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: Se evidencio que la mayoría de adulto mayores le gustaría seguir teniendo oportunidades para generar ingresos económicos e igualmente sentirse que son útiles nuevamente.

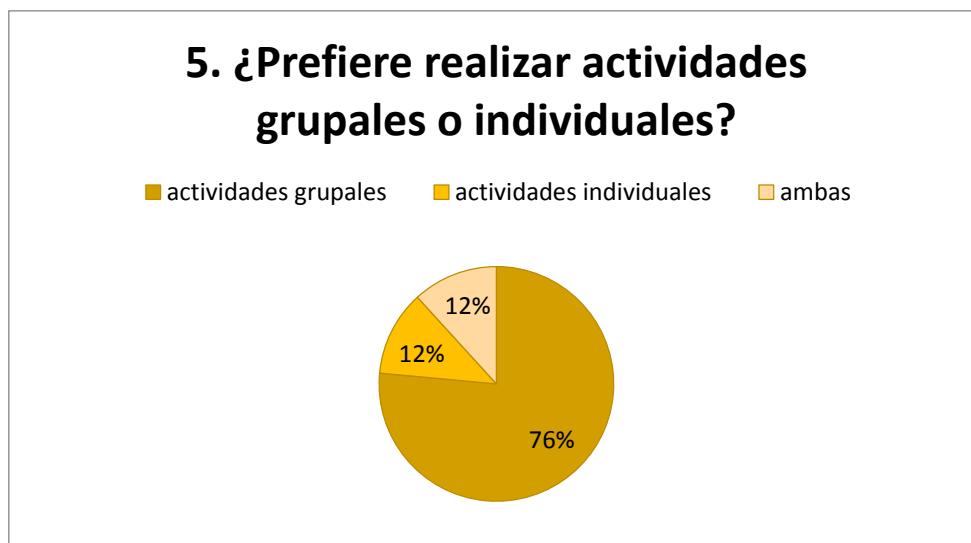
Grafico16 resultado pregunta 4 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: de acuerdo con esta pregunta se identificó que los personas mayores les gustaría realizar actividades de tipo productivas como pintura, huertas y jardines, artesanía modistería.

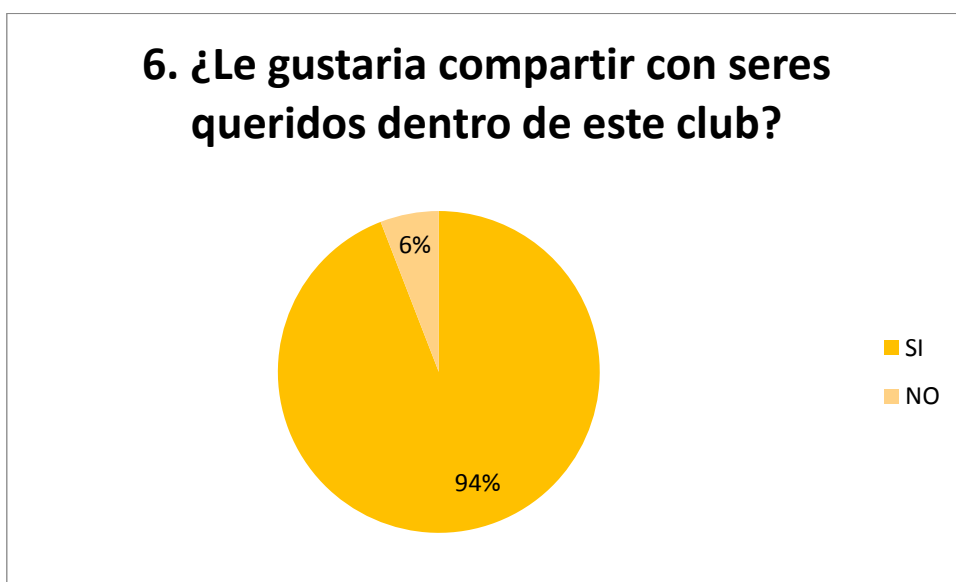
Grafico17 resultado pregunta 5 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: se observó que la mayoría de adultos mayores les gusta realizar actividades grupales ya que siente acompañados y pueden aprender más de los que estén realizando.

Grafico18 resultado pregunta 6 de la encuesta

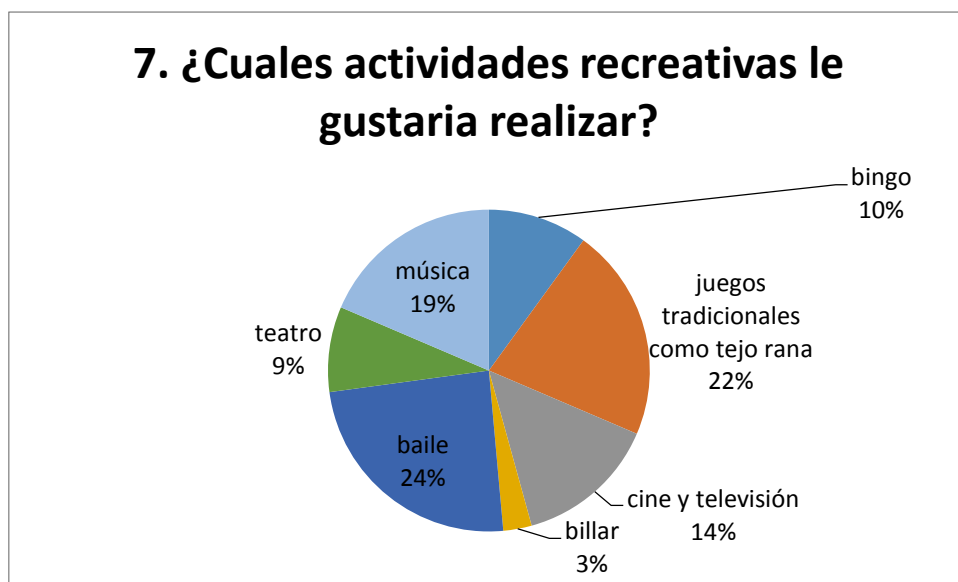


Fuente. Realizada por la autora

Análisis: se observó que los adultos mayores le gustarían compartir con sus familias seres queridos realizando y desarrollando actividades dentro de este club:



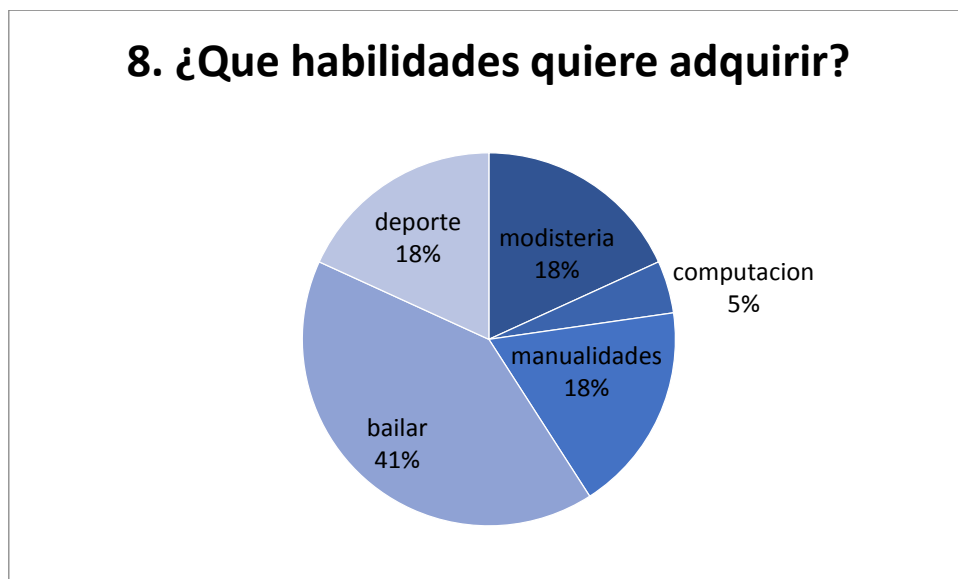
Grafico19 resultado pregunta 7 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: se identificó que la mayoría de adultos mayores le gusta las actividades recreativas como bailar, cantar, tocar un instrumento, jugar rana, tejo, juegos de mesa, el cine, la televisión y el teatro

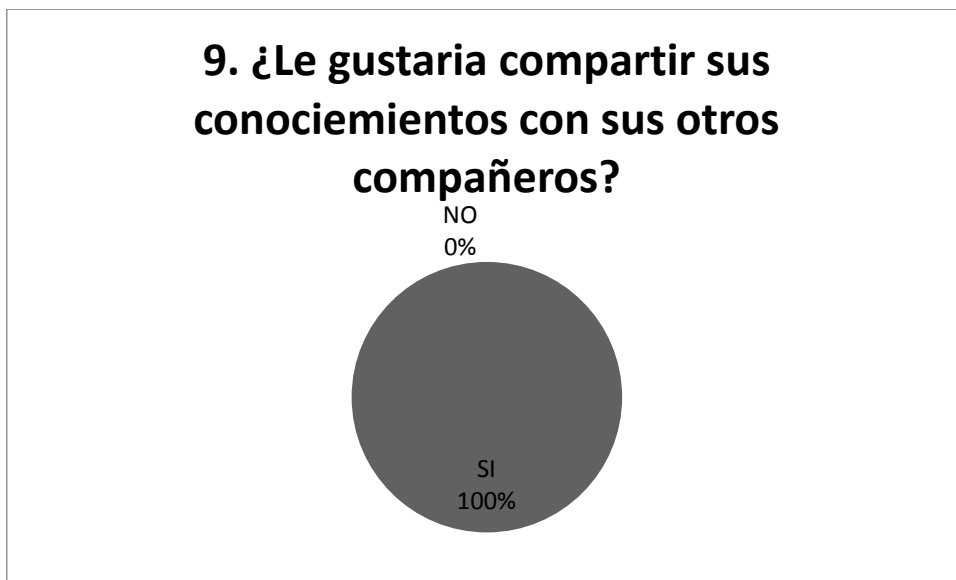
Grafico20: resultado pregunta 8 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: de acuerdo con esta pregunta la mayoría de adultos mayores les gustaría bailar mejor ya que es una forma de hacer deporte divertidamente, aunque también realizar deporte y aprender manualidades y una persona aprender a manejar El computador.

Grafico21: resultado pregunta 9 de la encuesta



Fuente. Realizada por la autora

Análisis: se observó que todos los adultos le gustan compartir sus conocimientos con otras personas e igualmente aprender de ellos.

### 8.3 demografía:

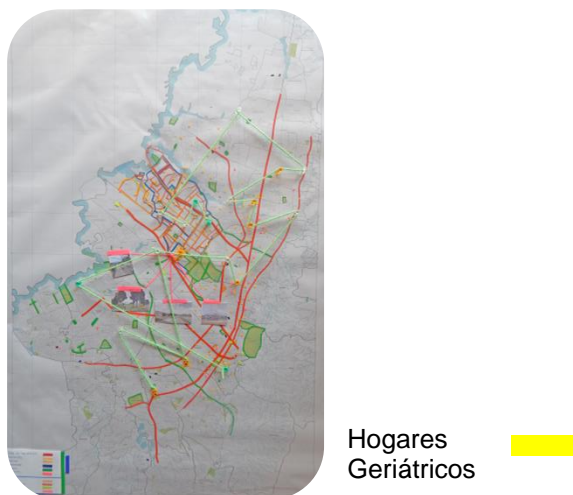
#### 8.3.1 delimitación general del proyecto:

Grafico22: delimitación general del proyecto



Fuente: realizado por la autora

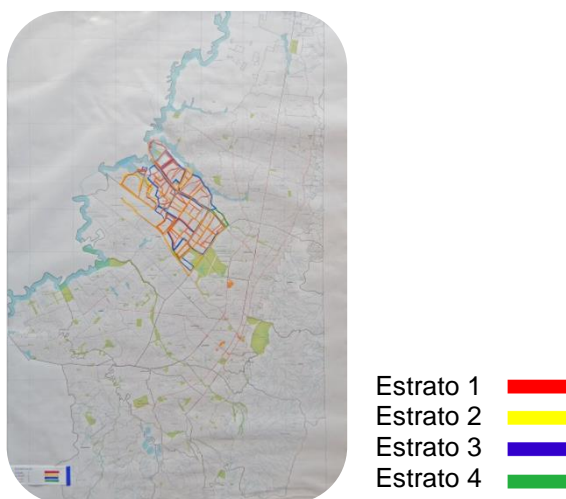
Grafico23: ubicación de hogares geriátrico



Fuente realizado por la autora

De acuerdo con este análisis la localidad de Engativá están ubicados la mayoría de hogares geriátricos específicamente en el barrio de Normandía.

Grafico 24: estratificación



Fuente realizado por la autora

De acuerdo al análisis se puede observar que en la localidad de Engativá predomina la clase media, el 78% de los predios son estrato 3

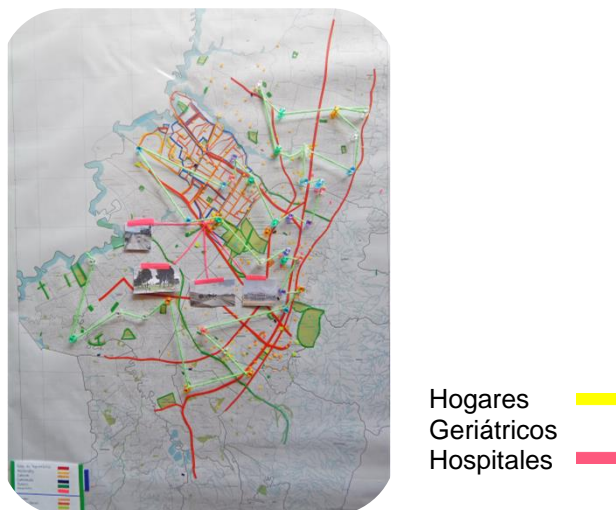
Grafico 25: Relación hogares geriátricos- parques



Fuente realizado por la autora

En la localidad de Engativá se puede observar que los hogares geriátricos se encuentran cerca de varios parques como el parque de Engativá, villas de granada y por supuesto el jardín botánico , parque salitre

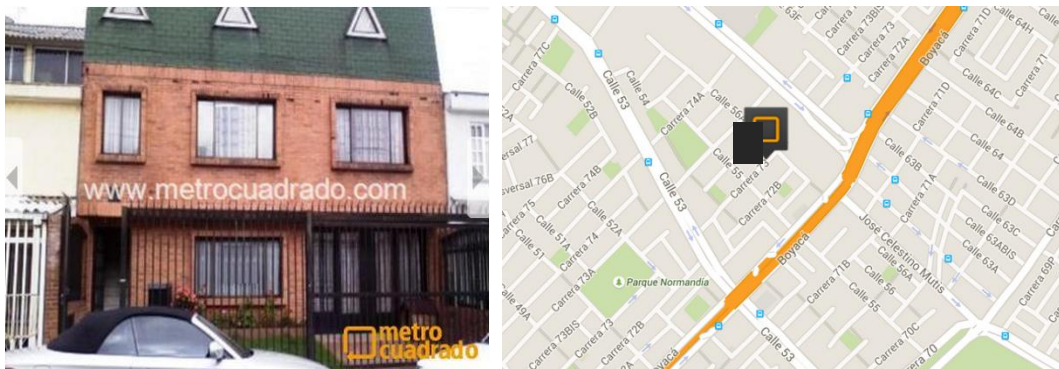
Grafico 26: Relación hogares geriátricos- Hospitales



Fuente realizado por la autora

Los adultos mayores tienen mayor problema en su salud por tal razón necesitan un hospital cerca, observando el mapa el Normandía tiene varios puntos como clínica Partenón, clínica de Engativá y hospital de Engativá.

Grafico 27: Ubicación específica del proyecto

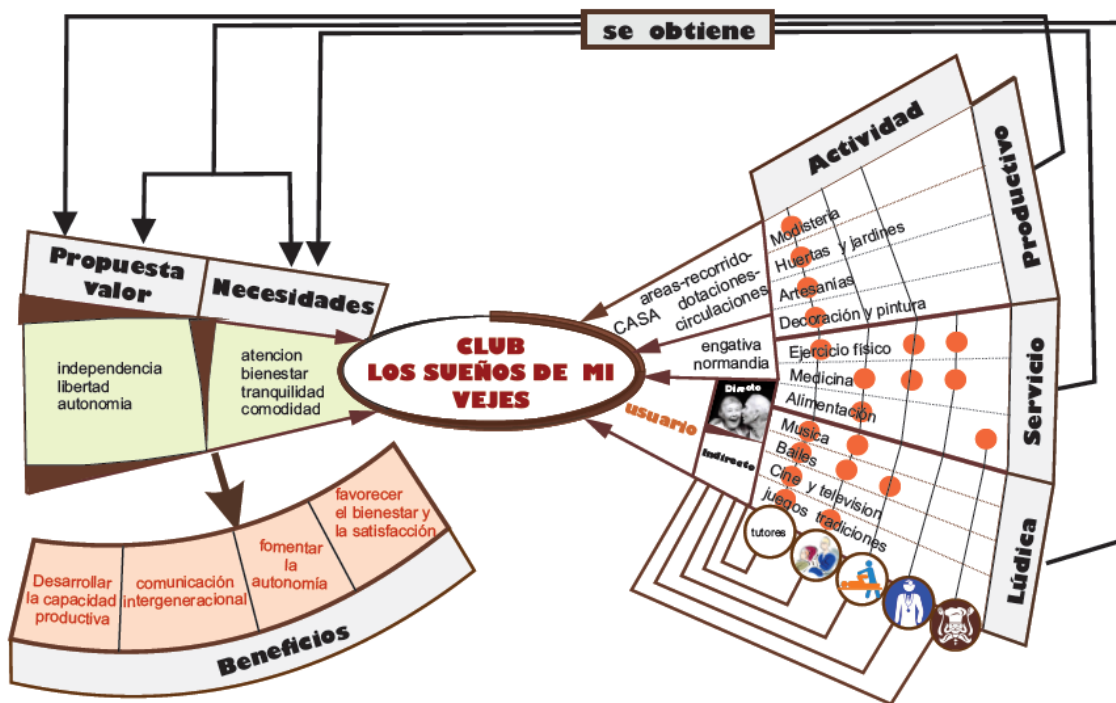


Fuente realizado por la autora

## 9. Marco conceptual

### 9.1 mapa conceptual

Grafico 28: Mapa conceptual los sueños de mi vejez



Fuente realizado por la autora

## 9.2 Referentes

### 9.2.1 Residencia para la Tercera Edad, AIRES MATEUS

Es un edificio lineal de carácter minimalista, es una pared que surge de la topografía: limita y define el espacio abierto, y organiza toda la parcela. La fachada del edificio, a pesar de su totalmente blanco, se asemeja a un tablero de ajedrez, donde la blanca superficie está perforada a intervalos por la sombra de las hendiduras. El diseño arquitectónico de la casa está adaptada al lugar, hacia arriba y hacia abajo con la topografía del paisaje, así el jardín en algunos puntos llega a ser cubierta.

Grafico 29: fachada de la residencia Aires mateus



fuelle: [habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg](http://habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg)

El programa que se desarrolla en esta residencia es una mezcla entre hotel y hospital, donde se convive en comunidad.

Grafico 30: Interior de la residencia Aires mateus



fuelle: [habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg](http://habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg)

### **9.2.2 hogar de ancianos y de enfermería en Steinfeld / A**

La casa es compacta y con recortes asimétricos que sirven para dividir la casa en su concepto espacial de ocho comunidades de viviendas, cuatro en cada planta cuadrada. Estos se agrupan en torno a una "plaza del pueblo" central que se extiende desde un lado de la primera planta a través de la otra y está parcialmente cubierta por una terraza en la azotea. En ángulo recto con este eje público abierto, dos jardines sólo para los residentes cortan en el edificio. Más espacios abiertos incluyen los cuatro aurículas en la segunda planta, así como el acceso directo al parque público

Grafico 31: fachada Del hogar steinfeld





Fuente: [archdaily.com/565058/peter-rosegger-nursing-home-dietger-wissounig-architekten/545c1d64e58ece70e0000053-oeapaul-ott\\_prsggrstr\\_047-jpg](http://archdaily.com/565058/peter-rosegger-nursing-home-dietger-wissounig-architekten/545c1d64e58ece70e0000053-oeapaul-ott_prsggrstr_047-jpg)

Las dos plantas superiores del edificio son totalmente las estructuras de madera, aparte de la escalera principal. Madera laminada Cruz en las paredes y el techo son la construcción de soporte de carga, con las superficies de madera que queda visible en su mayor parte. Para lograr el ambiente acogedor y espacioso, se utilizaron vigas de madera de los techos de las salas comunes. Las paredes exteriores están formadas por un marco de madera con aislamiento de lana de roca, con paneles de madera externo.

Grafico 32: habitaciones hogar steinfeld



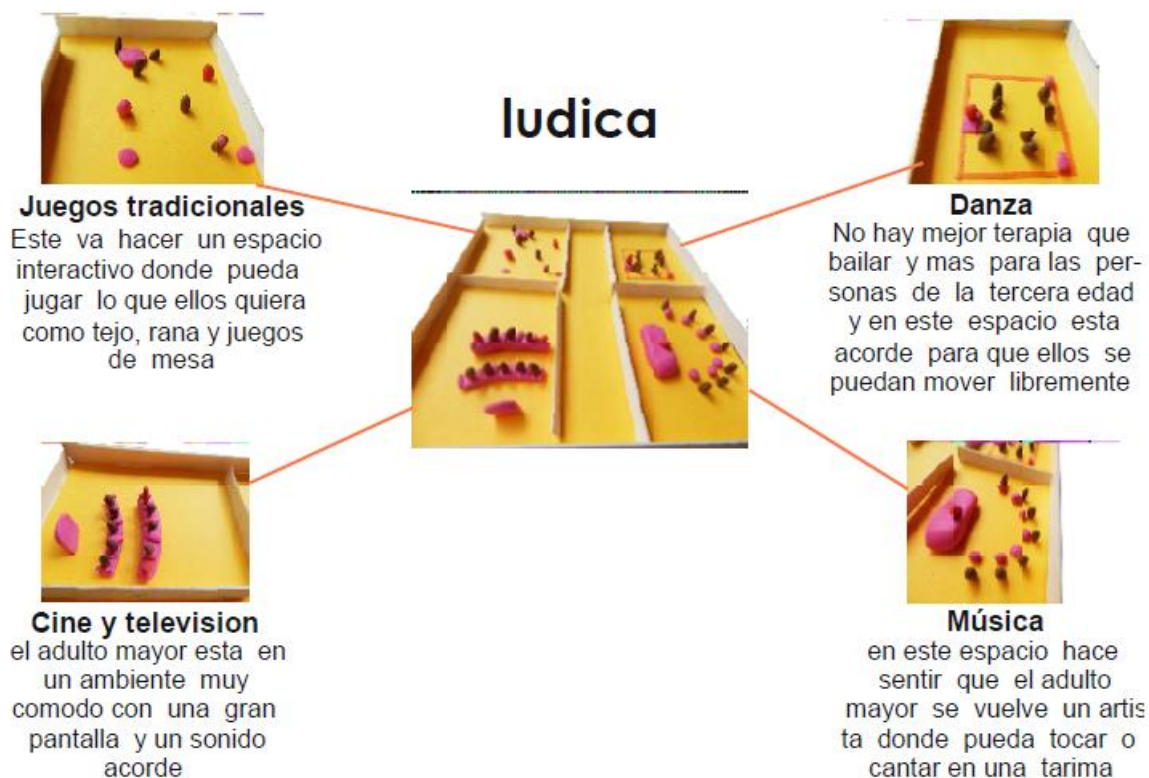
Grafico 33: pasillo hogar steinfeld



Fuente: [http://www.baunetzwissen.de/objektartikel/Barrierefreies-Bauen\\_Altenwohn-und-Pflegeheim-in-Steinfeld\\_A\\_69450.html](http://www.baunetzwissen.de/objektartikel/Barrierefreies-Bauen_Altenwohn-und-Pflegeheim-in-Steinfeld_A_69450.html)

### 9.3 Esquema básico

Grafico 34: Esquema básico lúdica



Fuente realizada por la autora

Grafico 35: Esquema básico Servicio



Fuente realizada por la autora

Grafico 36: Esquema básico Productivo

## Productivo



### modisteria

Este espacio es para que las personas mayores que les guste la modistería puedan realizar esta actividad de acuerdo a un espacio amplio y con los elementos necesarios para llevarla a cabo



### Pintura

Un lugar donde puedan explorar su creatividad, y donde socialicen con mas personas intercambiando ideas y conocimiento



### Huertas y jardines

Este va ser un espacio abierto y tranquilo donde los adultos mayores puedan tener pequeñas siembras y jardines generando un ambiente tranquilo para ellos



### Artesanía

Un espacio acorde al actividad ya que cuando se esta elaborando una artesanía se necesita varios elemento para quede bien hecho teniendo el tutor que le este guiando en cada trabajo

Fuente realizada por la autora

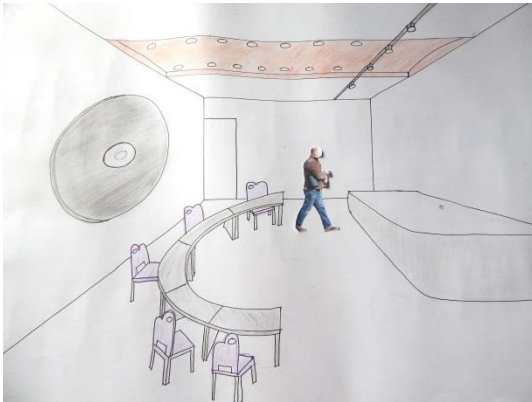
## 10. Propuesta de Diseño

### 10.1 proceso de desarrollo

Para llegar a la propuesta final se diseñaron varios bocetos y maquetas

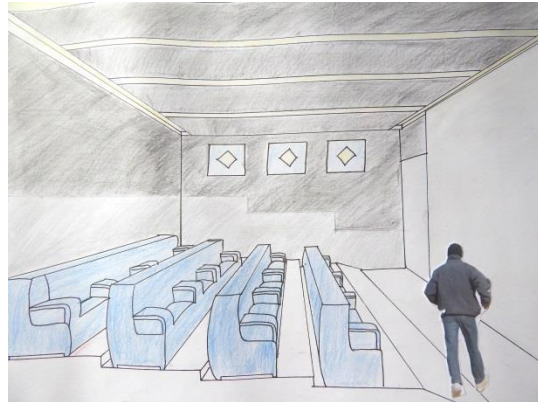
#### 10.1.1 bocetos:

Grafico 37: salón de música



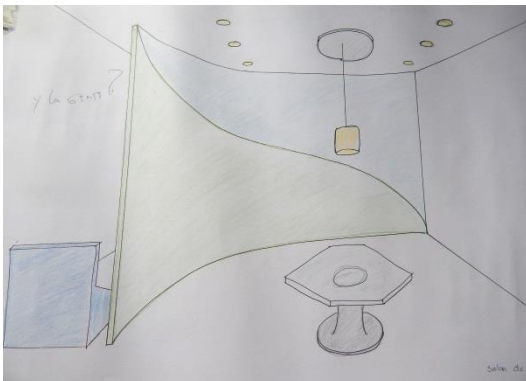
Fuente realizada por la autora

Grafico 38: cine



Fuente realizada por la autora

Grafico 39: salón de juegos tradicionales



Fuente realizada por la autora

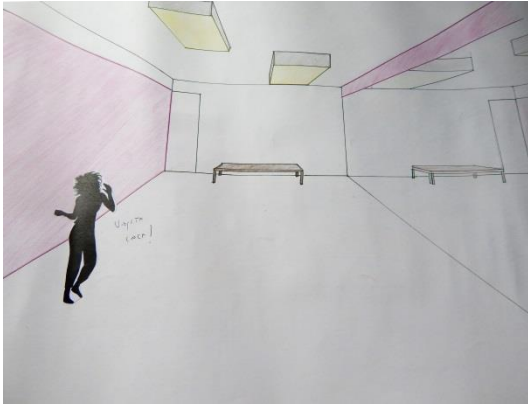
Grafico 40: salón de pintura



Fuente realizada por la autora

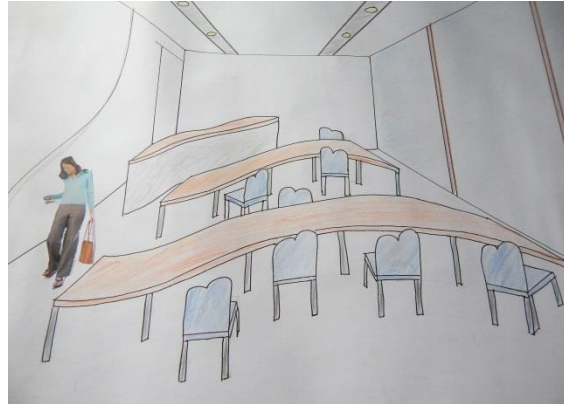


Grafico 41: salón de baile



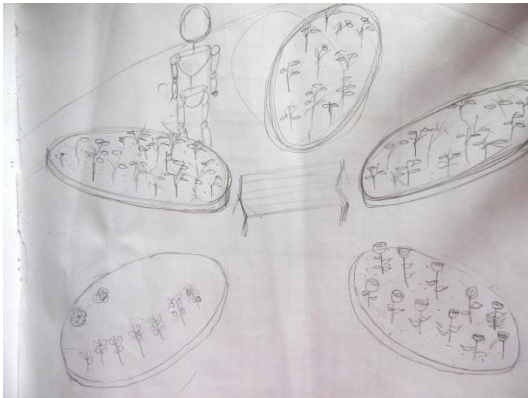
Fuente realizada por la autora

Grafico 42 restaurante



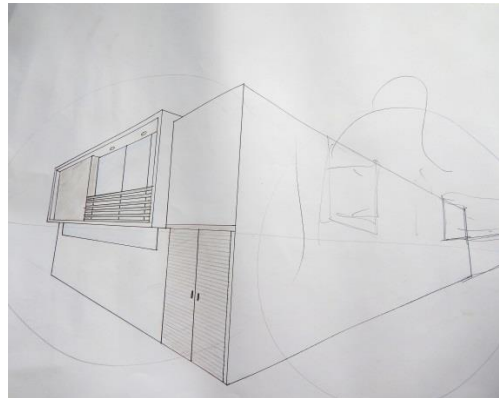
Fuente realizada por la autora

Grafico 43: Huertas y jardines



Fuente realizada por la autora

Grafico 44: fachada



Fuente realizada por la autora

### 10.1.2 maquetas

Grafico 45: configuración espacial uno



Fuente realizada por la autora

Grafico 46: configuración espacial dos



Fuente realizada por la autora

Grafico 47: configuración espacial tres



Fuente realizada por la autora

Grafico 48: fachada principal



Fuente realizada por la autora

## **10.2 Propuesta final**

### **Club de atención y recreación para el adulto mayor**

#### **Los sueños de mi vejes**

Este club se genera con base en un estudio del usuario y las diferentes actividades que este realiza cotidianamente, para así detectar y crear nuevas propuestas formales que cumplan y se ajusten a sus necesidades y requerimientos.

Es por esto que se desarrolló esta propuesta con base en concepto “casas con patio” donde utiliza varios patios pequeños sustraídos del mismo volumen para iluminar el espacio interior, con el beneficio de crear relaciones espaciales interesantes y haciendo de estos patios el eje central del lugar. De acuerdo con esto se distribuyó el espacio en 4 niveles pensado en los diferentes elementos que conforman cada ambiente para la realización de cada actividad ofrecida para los adultos mayores.



### 10.2.1 renders

Grafico 49: fachada del club vista 1



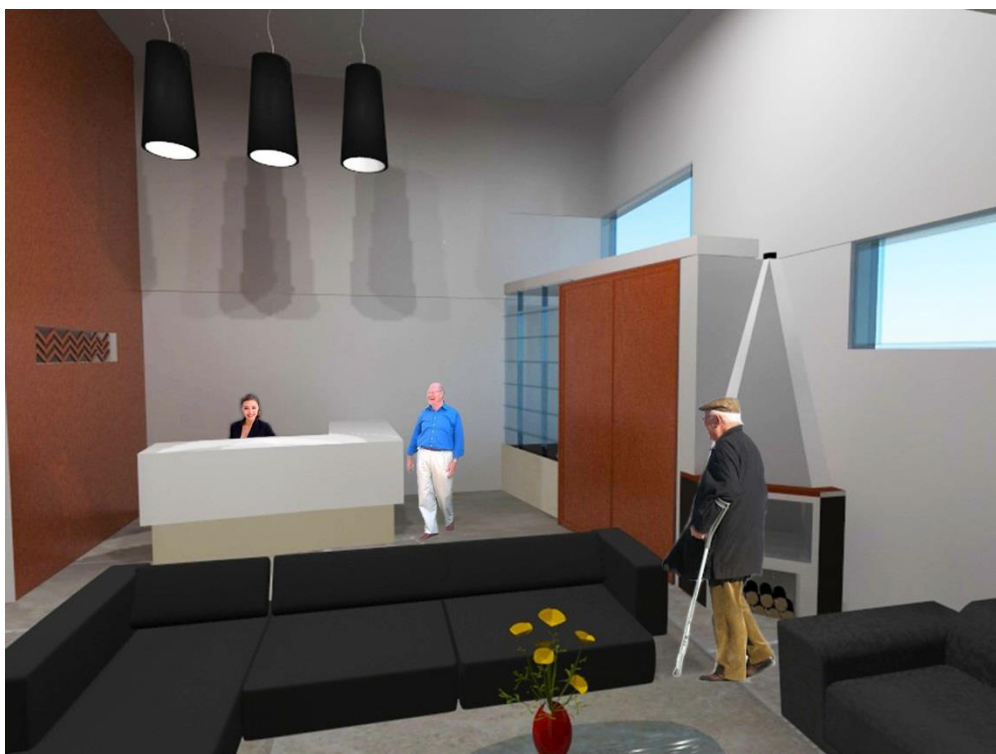
Fuente realizada por la autora

Grafico 50: fachada del club vista 2



Fuente realizada por la autora

Grafico 51: recepción



Fuente realizada por la autora

Grafico 52: sala de espera



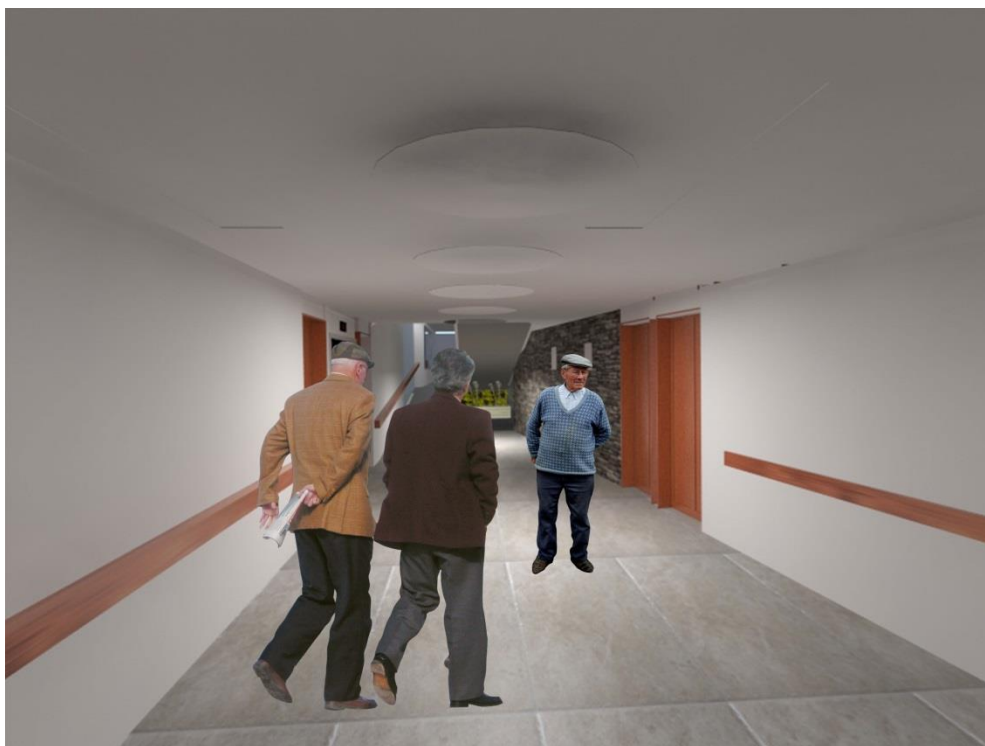
Fuente realizada por la autora

Grafico 53: Gimnasio



Fuente realizada por la autora

Grafico 54: Pasillo primer nivel



Fuente realizada por la autora



Grafico 55: Salón de pintura



Fuente realizada por la autora

Grafico 56: Salón de artesanía



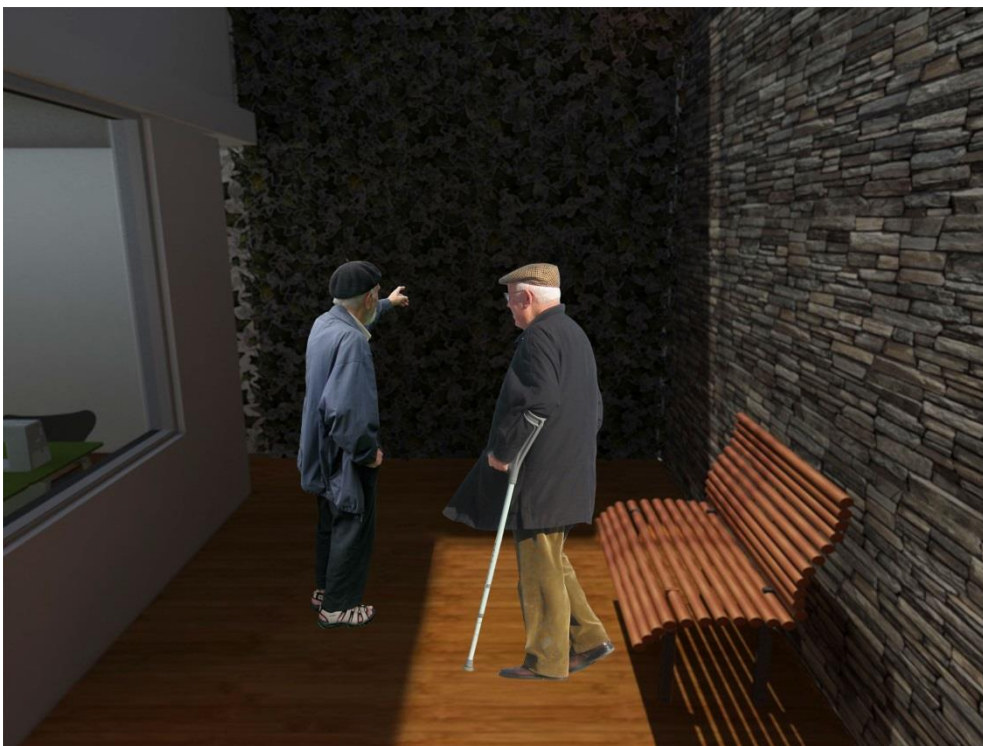
Fuente realizada por la autora

Grafico 57: Salón de modistería



Fuente realizada por la autora

Grafico 58: Patio de descanso



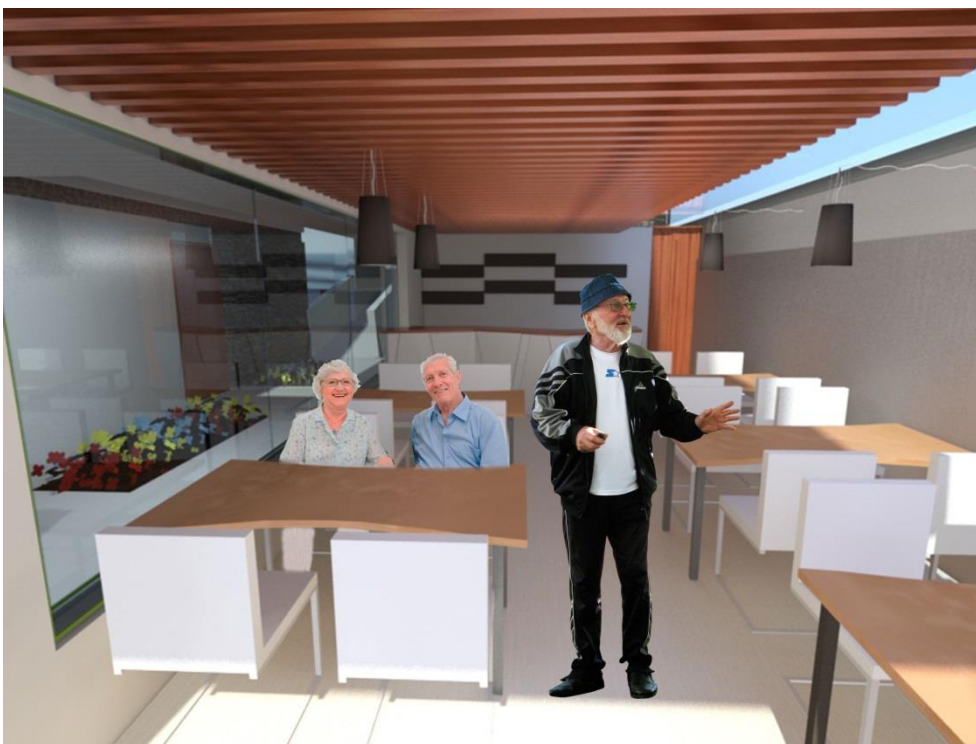
Fuente realizada por la autora

Grafico 59: pasillo segundo nivel 1



Fuente realizada por la autora

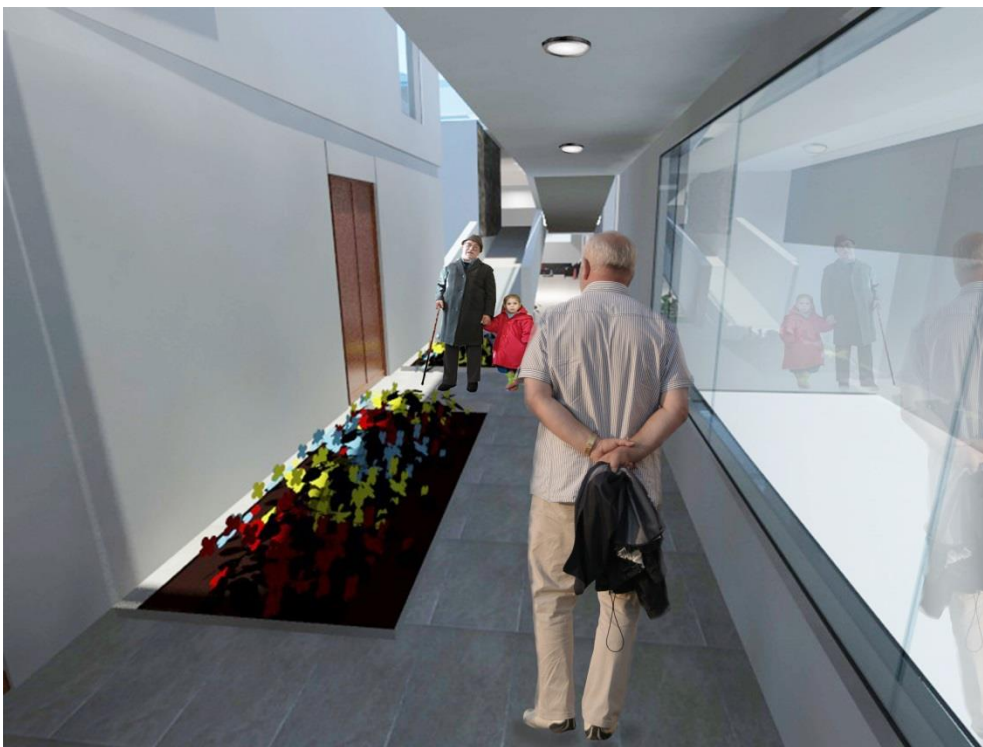
Grafico 60: Restaurante



Fuente realizada por la autora



Grafico 61: salida del restaurante



Fuente realizada por la autora

Grafico 62: huertas y jardines vista 1



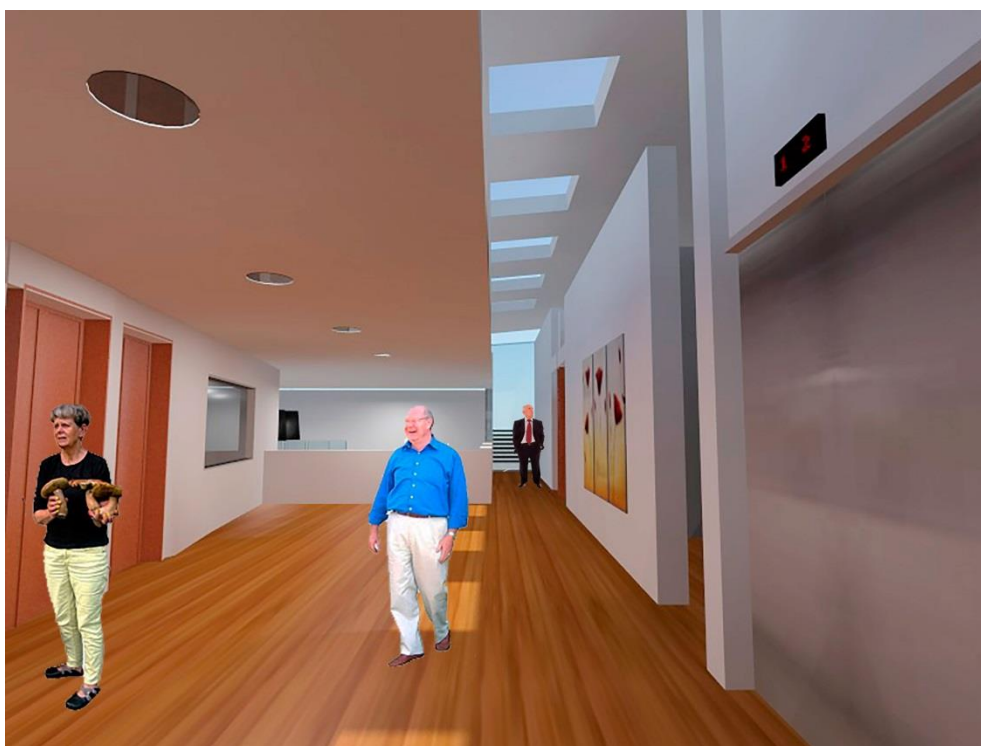
Fuente realizada por la autora

Grafico 63: huertas y jardines vista 2



Fuente realizada por la autora

Grafico 64: pasillo tercer nivel



Fuente realizada por la autora



Grafico 65: Salón de música



Fuente realizada por la autora

Grafico 66: Teatro



Fuente realizada por la autora

Grafico 67: Salón de baile



Fuente realizada por la autora

Grafico 68: rampa para acceder al tercer al 4 nivel



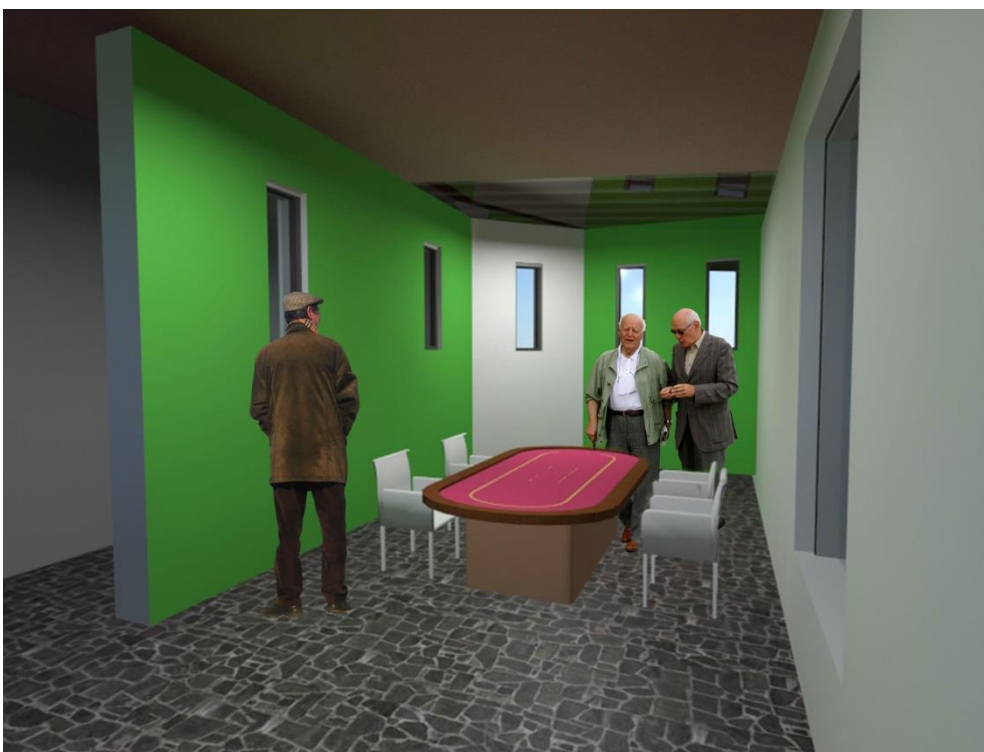
Fuente realizada por la autora

Grafico 69: pasillo cuarto nivel



Fuente realizada por la autora

Grafico 70: Salón de juegos tradicionales parte juegos de mesa



Fuente realizada por la autora

Grafico 71: Salón de juegos tradicionales parte tejo y rana



Fuente realizada por la autora

Grafico 72: sala de estar 1



Fuente realizada por la autora



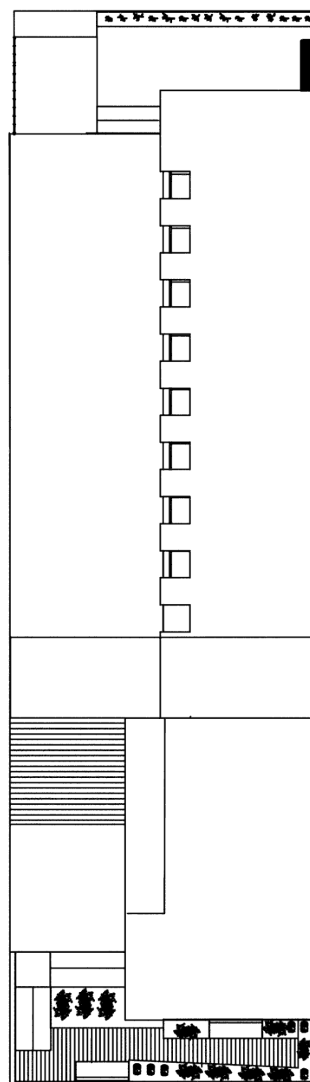
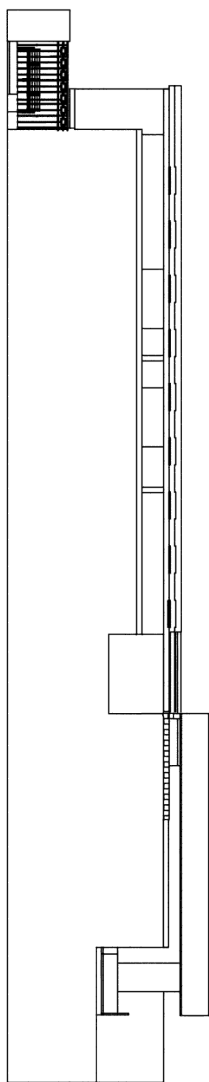
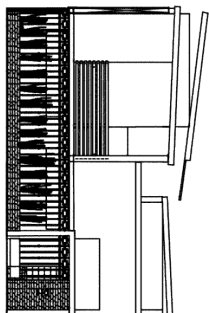
Grafico 73: sala de estar 2



Fuente realizada por la autora

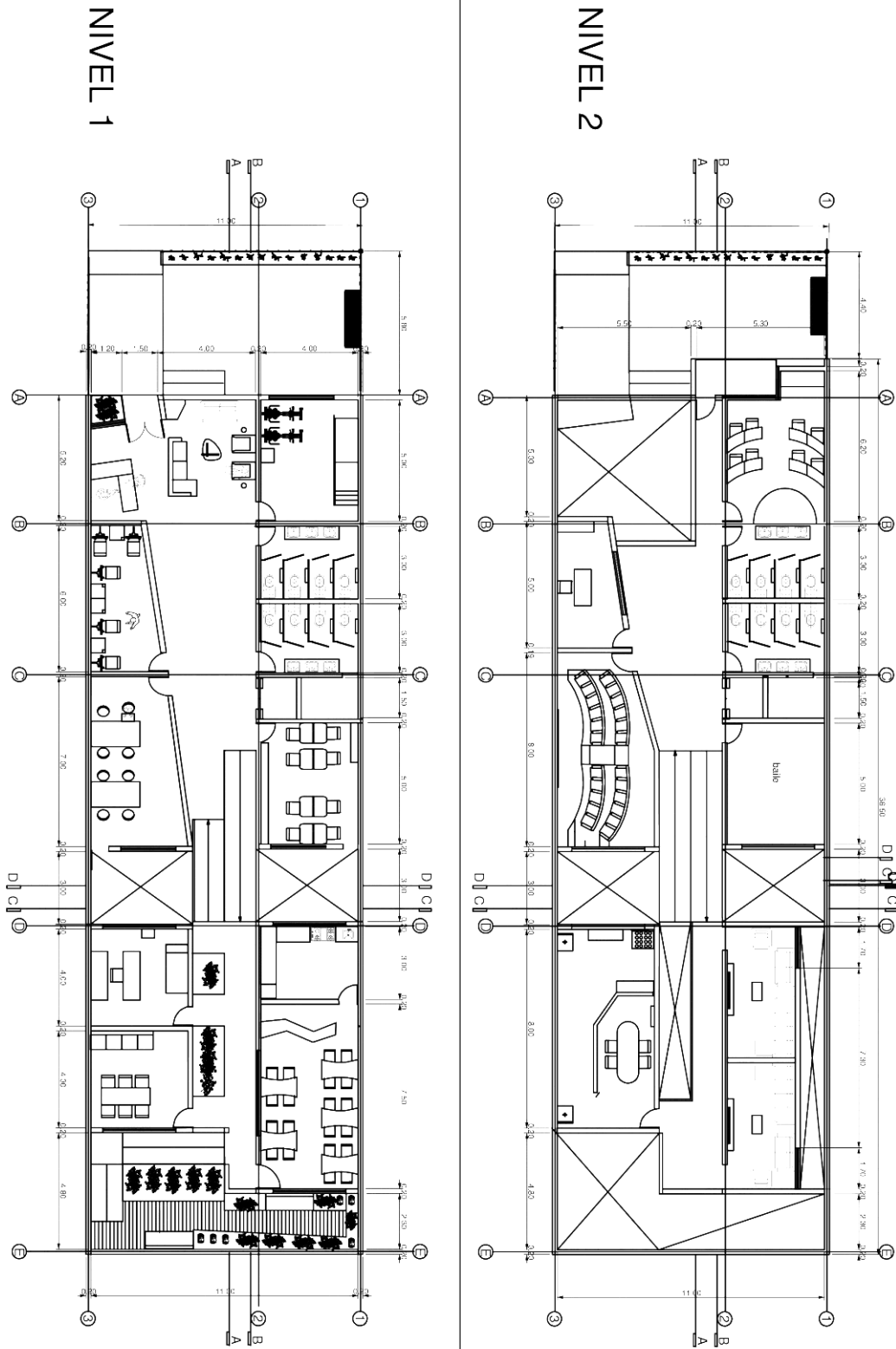
## 10.2.2 Planos

Grafico 74 Plano fachada



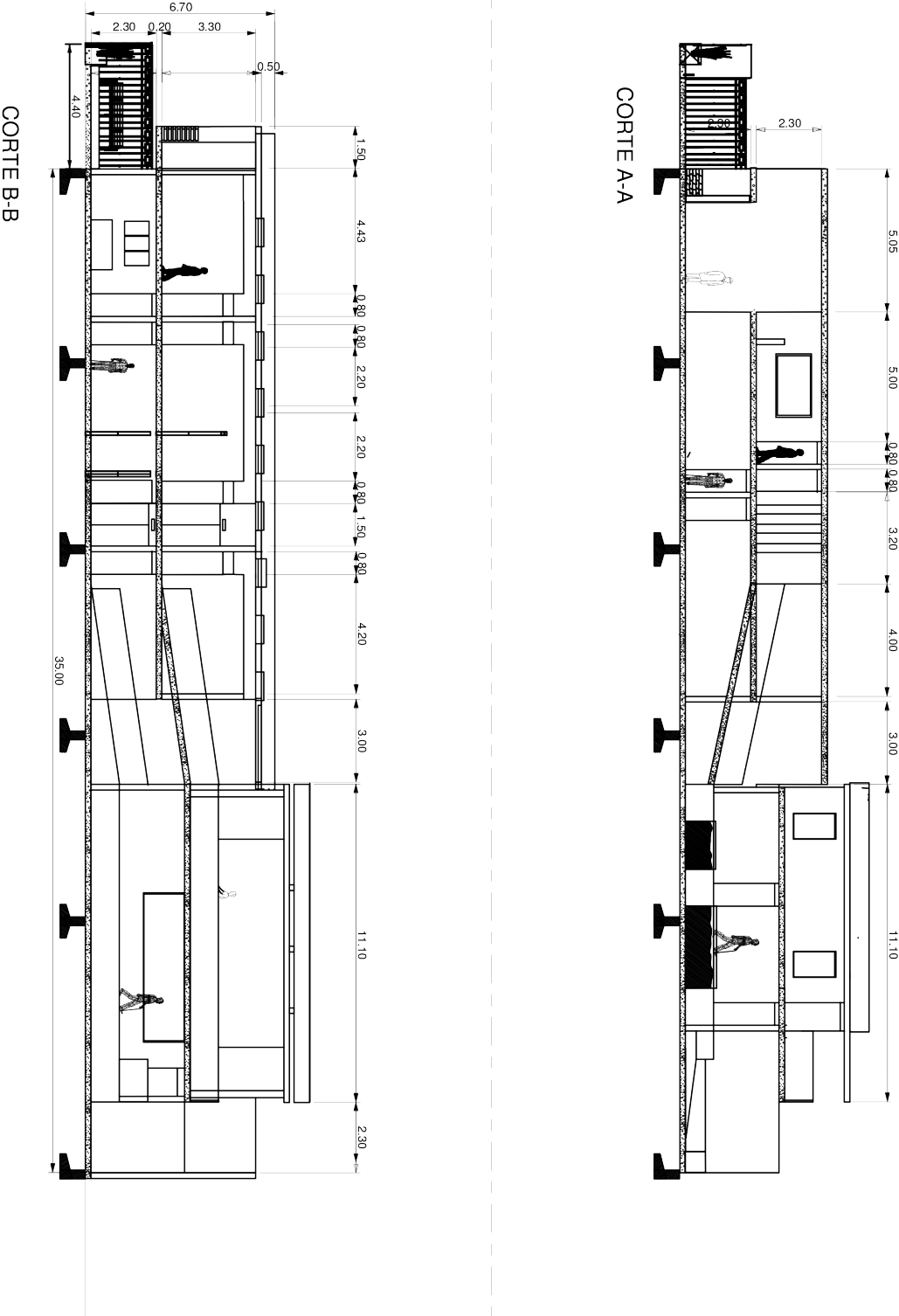
Fuente realizada por la autora

Grafico 75: Plano superior



Fuente realizada por la autora

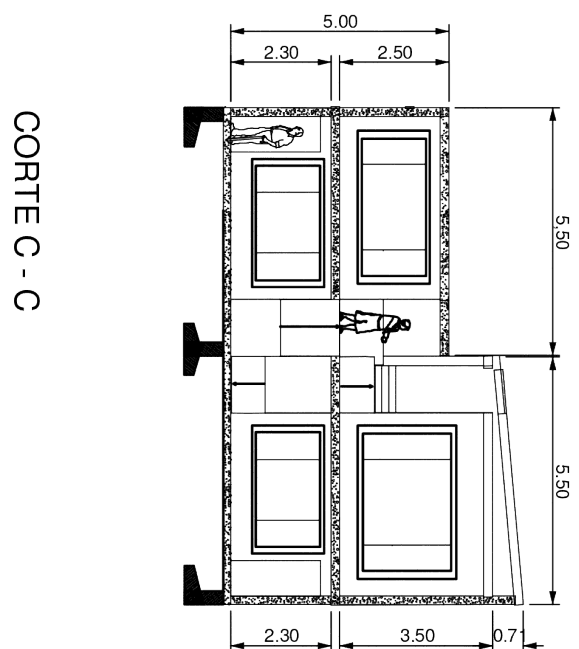
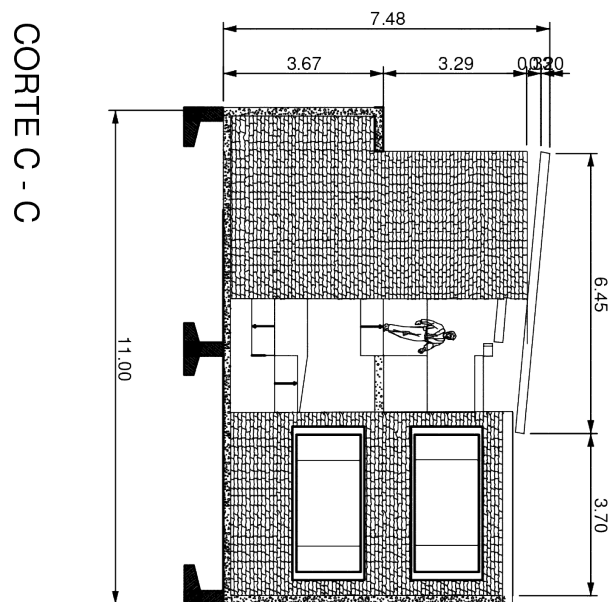
Grafico 76: Planos de corte uno



Fuente realizada por la autora



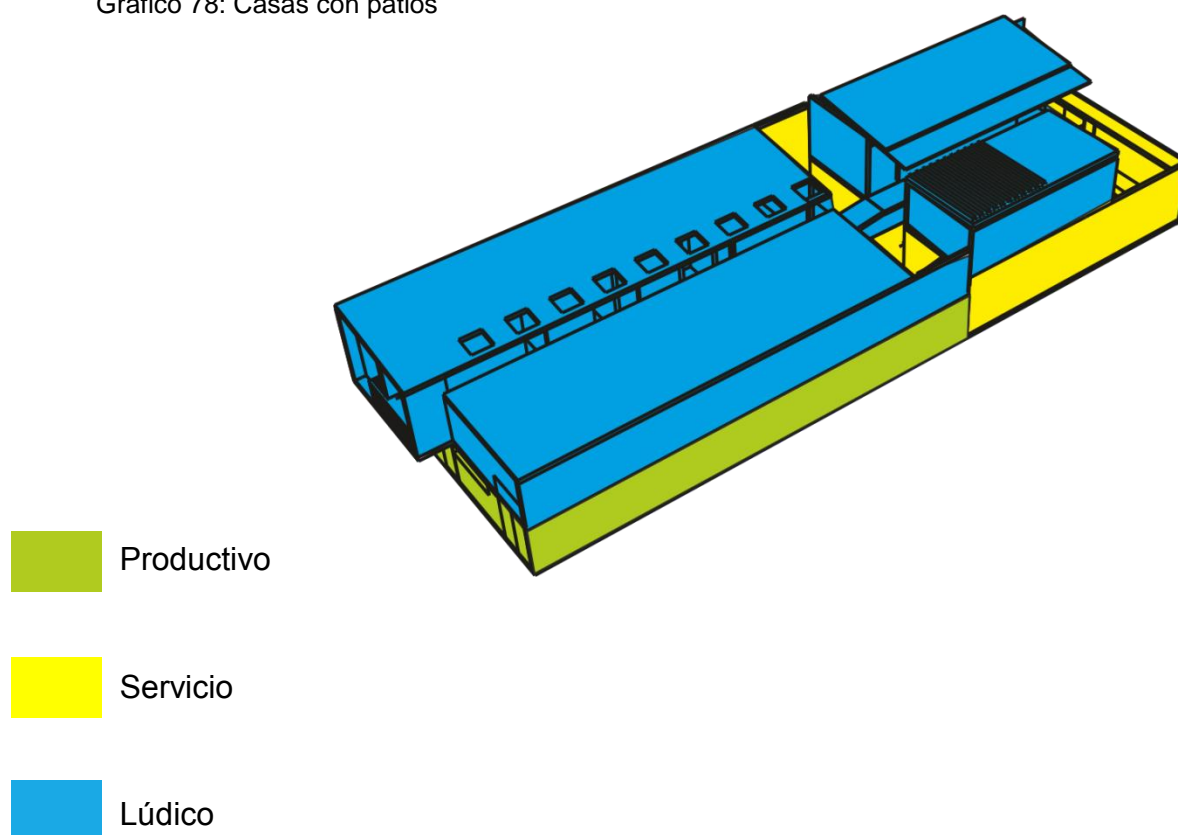
Grafico 77: Planos de corte dos



Fuente realizada por la autora

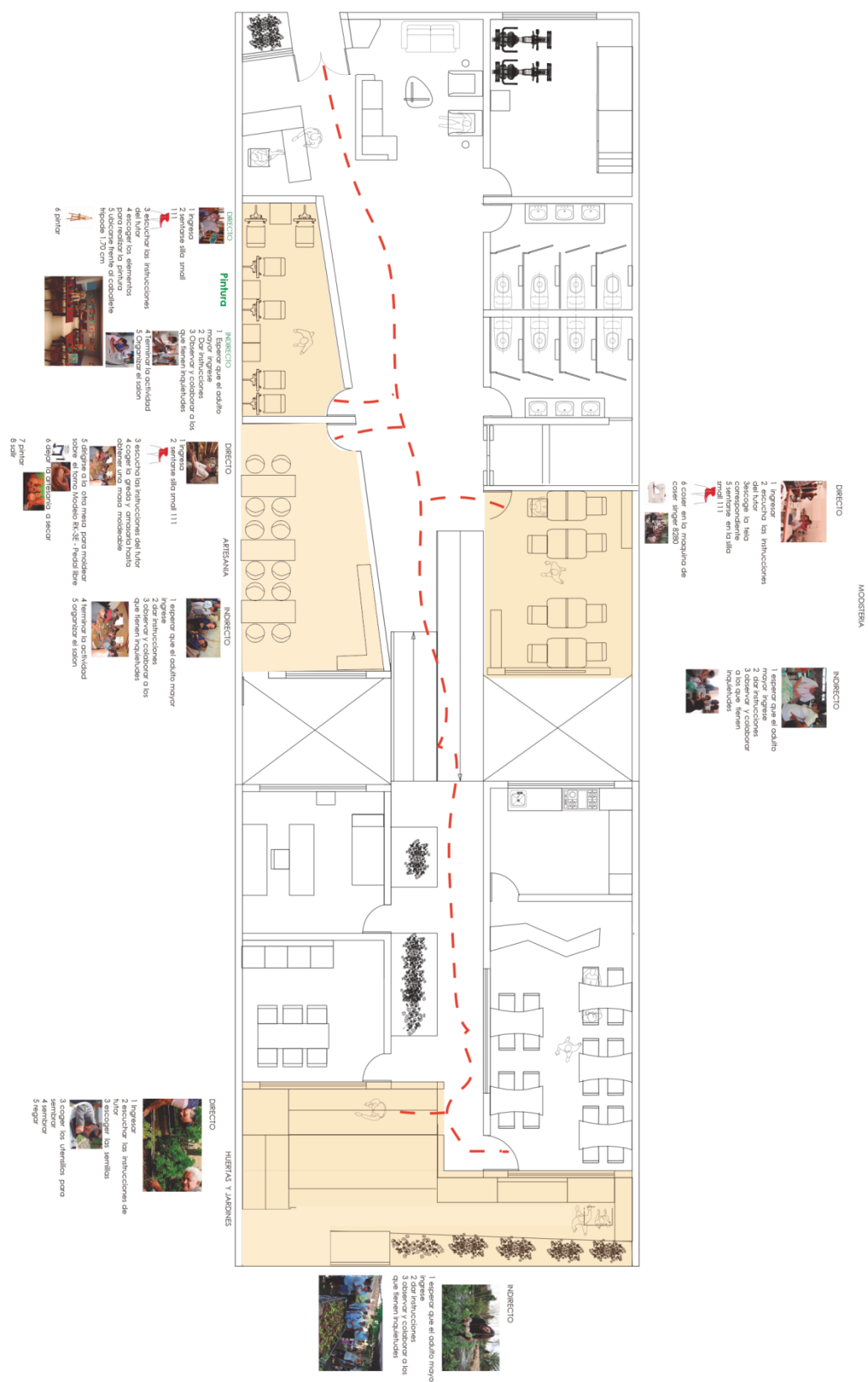
## 10.2.2 análisis de actividades

Grafico 78: Casas con patios



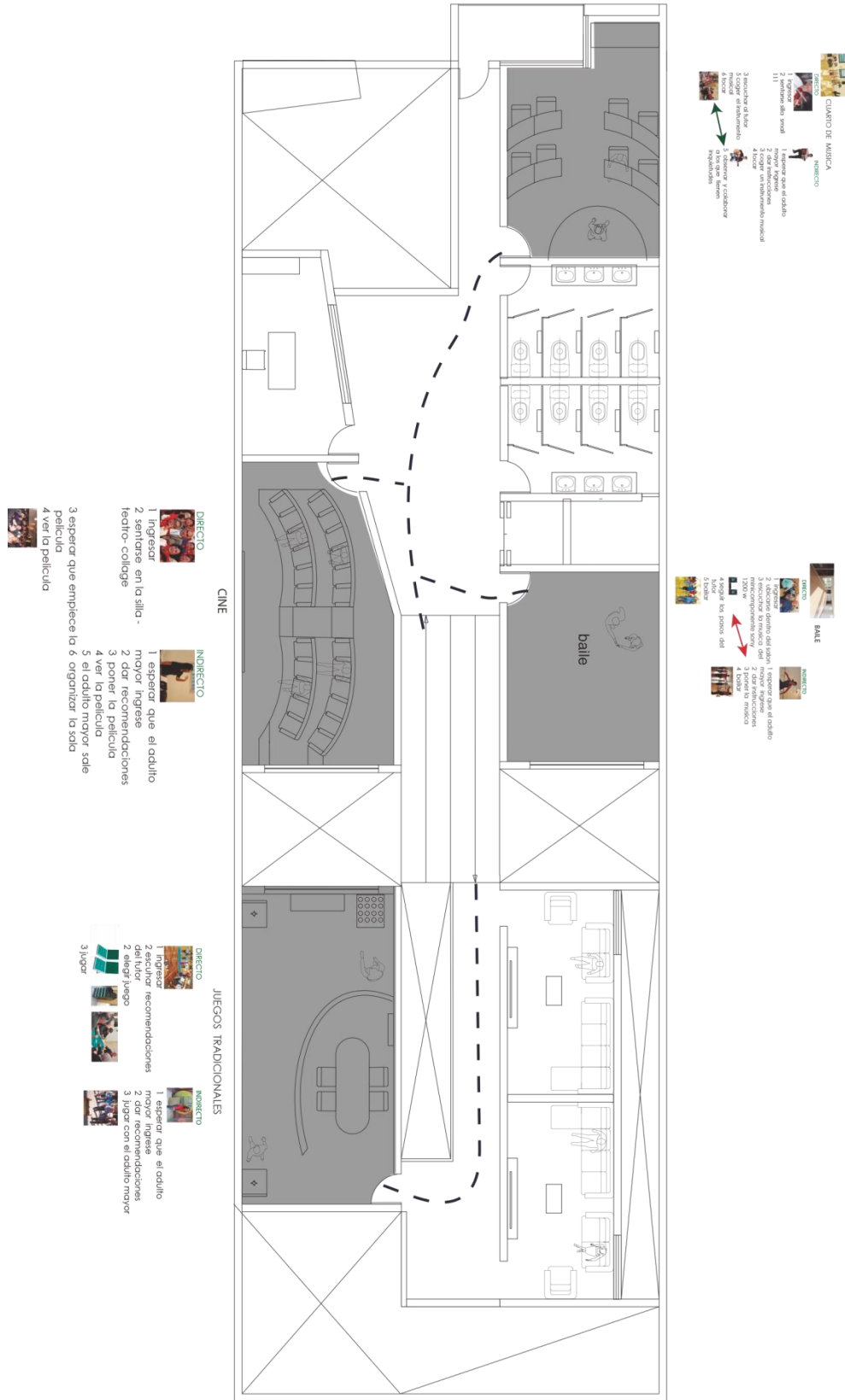
Fuente realizada por la autora

Grafico 79: análisis de actividades productivas



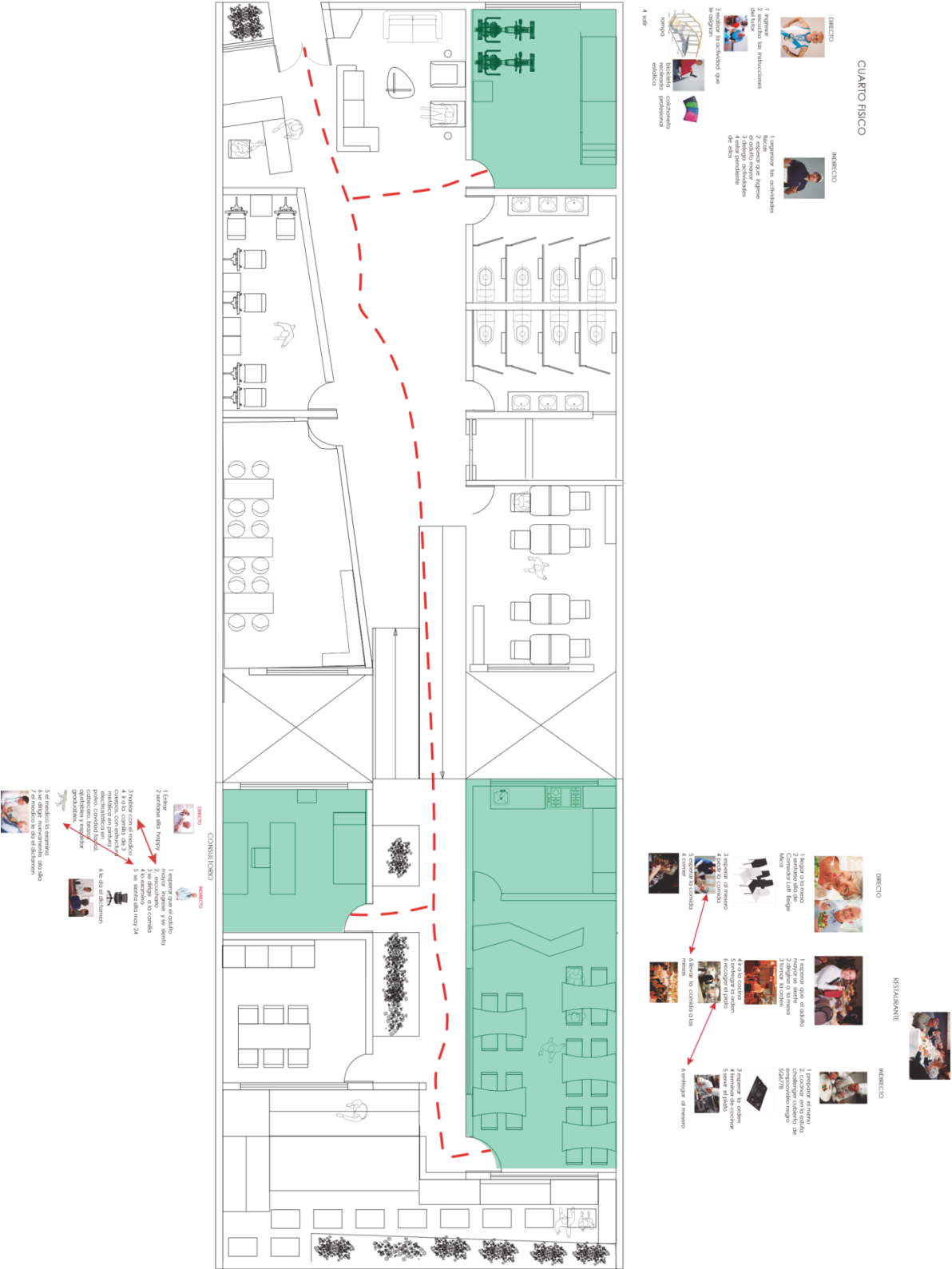
Fuente realizada por la autora

Grafico 80: análisis de actividades lúdicas



Fuente realizada por la autora

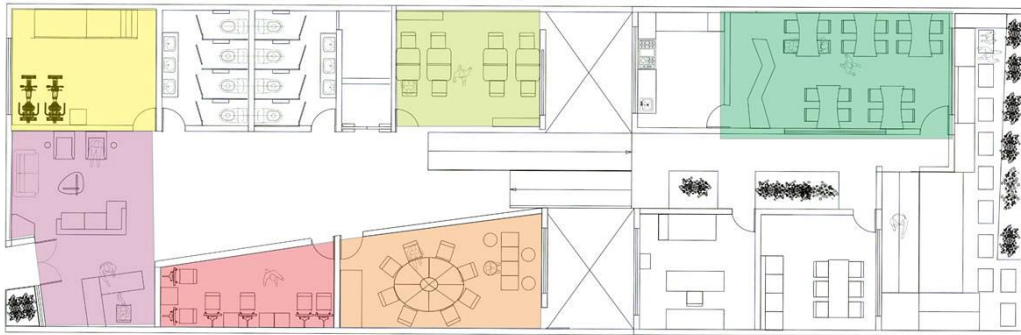
Grafico 81: análisis de actividades de servicio



Fuente realizada por la autora

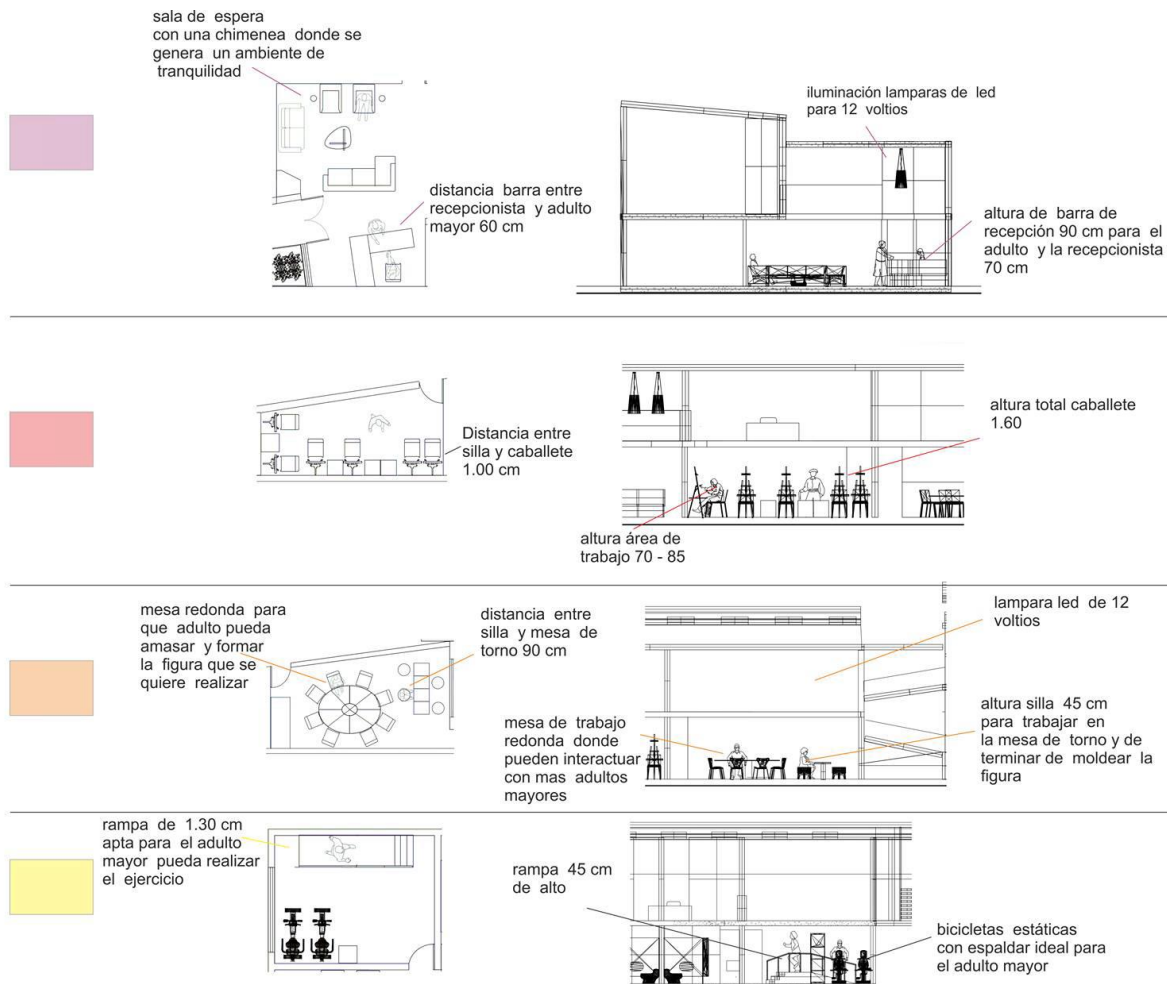
### 10.2.3 Somatografía

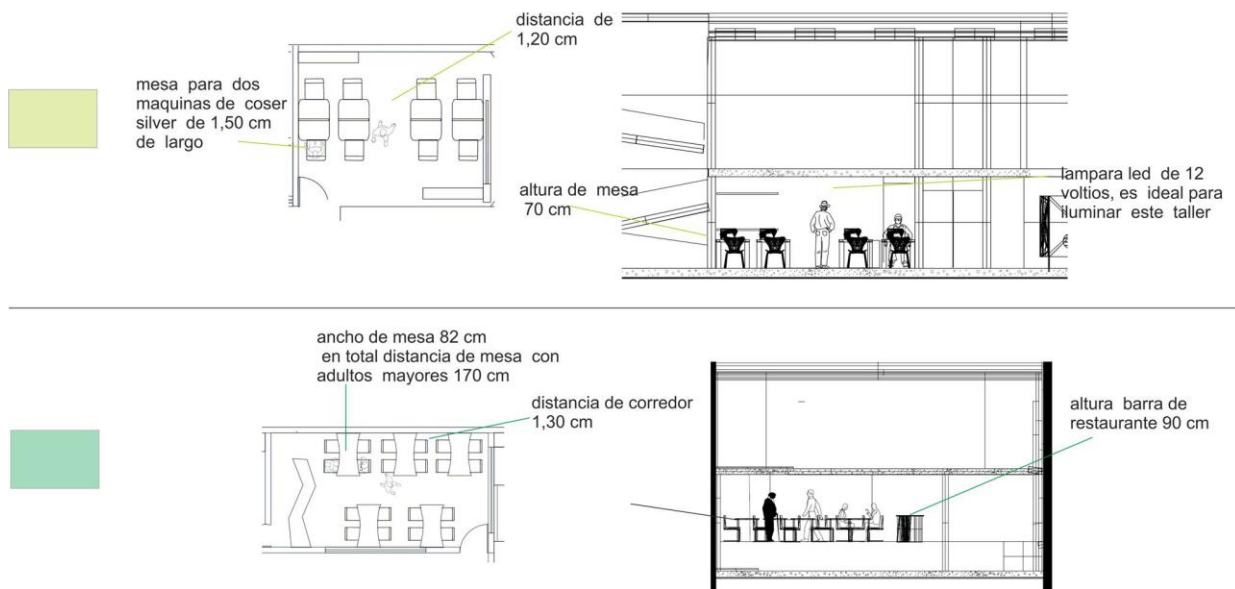
Grafico 82: somatografia nivel uno



Fuente realizada por la autora

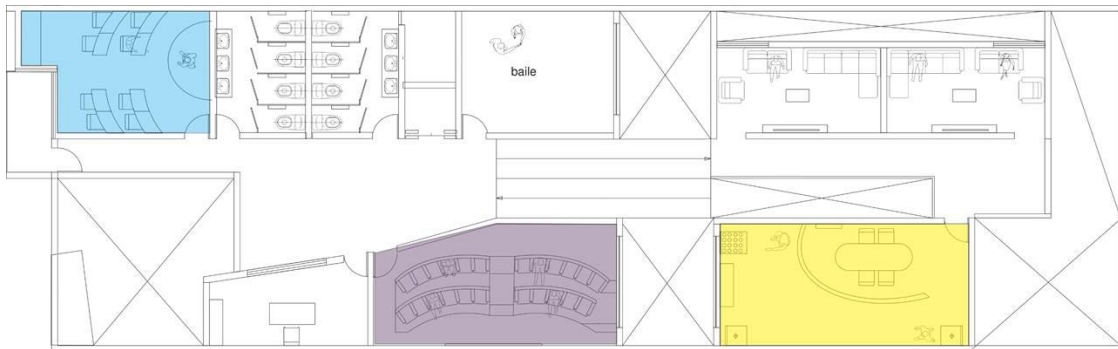
Grafico 83: análisis de somatografia nivel uno





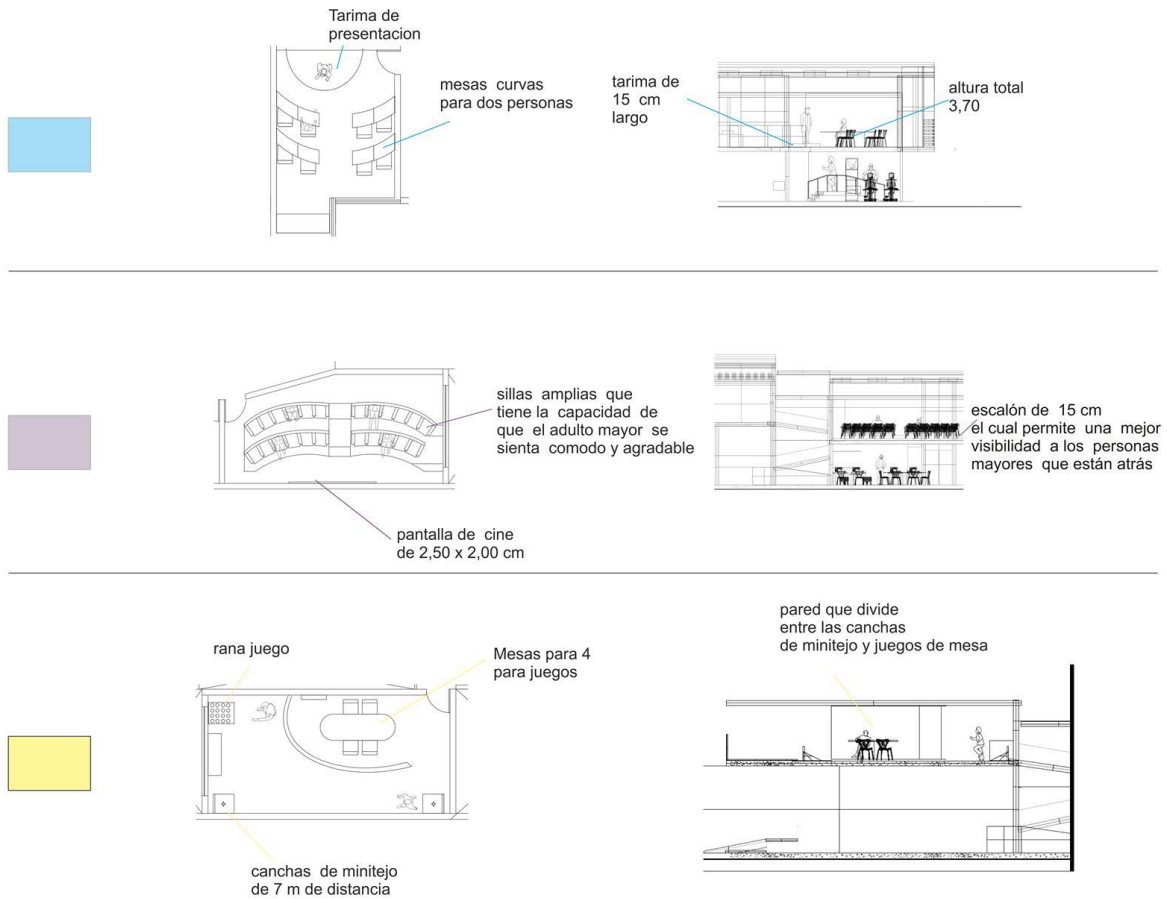
Fuente realizada por la autora

Grafico 84: somatografia nivel dos



Fuente realizada por la autora

Grafico 85: análisis de somatografía nivel dos



Fuente realizada por la autora



## 11. Gestión

### 11.1 Recurso humano del club

|                   |  |  |
|-------------------|--|--|
| Director          | Profesional del estudio psicológico y social del adulto mayor, gerontólogo y psicólogo | Liderar y hacerse responsable del funcionamiento   |
|                   |  | Elaborar actividades de planeación y programación para las personas mayores                |
|                   |  | Coordinar, gestionar y liderar el trabajo del equipo multiprofesional                      |
| Enfermero         | Profesional y especialista en geriatría  | Hacer el reconocimiento médico de cada adulto mayor perteneciente al club                  |
|                   |  | Vigilar y tener cuidado de la ejecución de las actividades de tipo físico                  |
|                   |  | Atender y cuidar la salud del paciente   |
| Cocinero          | Especialista en nutricología   | Elaborar el menú diario de acuerdo a la dieta correcta del adulto mayor                    |
|                   |  | Aplicar las buenas prácticas de higiene en la preparación de los alimentos                 |
|                   |  | tener el servicio a tiempo de las comidas  |
| Trabajador social | Promover el bienestar, la prevención y atención de dificultades y/o carencias sociales | coordinar los grupos de trabajo y ejecutar las actividades de tipo recreativo y productivo |
|                   |  | Fomentar la integración y participación de las personas mayores en este club               |

|                       |  |  |
|-----------------------|--|--|
| Fisioterapeuta        | profesional en examinar, diagnosticar, y tratar, las deficiencias, limitaciones funcionales y discapacidades de las personas | promover y mantener las capacidades psicomotoras del sujeto, mediante el desarrollo de actividades físicas       |
|                       |  | colaborar y guiar a los adultos mayores en lo que necesiten  |
| Psicólogo             | Con conocimiento de gerontología   | Evalúa a la persona mayor para el ingreso del club   |
|                       |  | Atender a los usuarios con comportamientos difíciles ya sea por agresión, soledad o discriminación               |
|                       |  | Participar en las actividades del club brindando orientación y fortaleciendo sus capacidades                     |
| Administrador         | Definir metas, establecer estrategias y desarrollar planes para coordinar actividades del club                               | Realizar las actividades de cálculos, estudios y demás controles presupuestarios                                 |
|                       |  | Elabora cálculos de nóminas de salarios, u operaciones necesarias para el control de recursos humanos            |
|                       |  | Apoyar en todas las actividades administrativas y requerimientos por el administrador                            |
|                       |  | Elaborar informes, estudios, memorias y estadísticas sobre las distintas áreas de trabajo existentes en el club  |
| terapeuta ocupacional | animador socio-cultural  | Realizar las actividades de psicomotricidad lenguaje, dinámica y rehabilitación personal y social a los usuarios |
|                       |  | Elaborar y dar seguimiento al programa de actividades recreativas y productivas del club                         |
|                       |  | Colaborar en el seguimiento del proceso de los adultos mayores en el club  |

|                      |                  |   |
|----------------------|------------------|---|
| Recepcionista        |                  | Recibir y tener registro de las llamadas  |
|                      |                  | Recibir a las personas mayores u otras personas, propiciando la atención adecuada y cuidando los aspectos de seguridad establecidos |
| Personal de limpieza | Personal externo | Realizar limpieza general del club  |
| Conductor            | Personal externo | Capacitado en el traslado de adultos mayores y que además estén preparados para atender los problemas que se puedan presentar       |

## 11.2 Presupuesto general del proyecto

| presupuesto los sueños de vejez |   |        |          |             |                     |
|---------------------------------|---|--------|----------|-------------|---------------------|
| ITEM                            | CONCEPTO  | UN.    | CAN      | V.UNIT.     | V. TOTAL            |
| ITEM                            | ACTIVIDAD   | UNIDAD | CANTIDAD | V/ UNITARIO | V/TOTAL             |
| <b>1</b>                        | <b>ACTIVIDADES PRELIMINARES</b>                   |        |          |             | <b>5.655.111,60</b> |
| 1.1.2                           | DEMOLICION MUROS LADRILLO 0.15                    | M2     | 190,00   | 7.058,00    | 1.341.020,00        |
| 1.1.5                           | DESMONTE MARCOS Y PUERTAS                         | M2     | 122,40   | 6.175,00    | 755.820,00          |
| 1.1.6                           | DEMOLICION MUROS LADRILLO E =0.30                 | M2     | 30,00    | 16.233,00   | 486.990,00          |
| 1.1.7                           | DESMONTE VENTANAS                                 | M2     | 61,20    | 5.293,00    | 323.931,60          |
| 1.1.9                           | DEMOLICION ENCHAPES PISOS                         | M2     | 350,00   | 4.825,00    | 1.688.750,00        |
| 1.1.14                          | DESMONTE Y RETIRO DE CUBIERTA DE TEJA CANALETA 90 | M2     | 200,00   | 5.293,00    | 1.058.600,00        |
| <b>2</b>                        | <b>CIMENTOS</b>                                   |        |          |             | <b>6.595.674,00</b> |
| 2.1.1                           | CONCRETO PARTA ZAPATAS 3000 PSI                   | M3     | 2,00     | 459.169,00  | 918.338,00          |
| 2.1.2                           | EXCAVACION MANUAL                                 | M3     | 8,00     | 31.016,00   | 248.128,00          |
| 2.1.3                           | CONCRETO VIGA DE AMARRE 3000 PSI                  | M3     | 8,00     | 493.671,00  | 3.949.368,00        |
| 2.1.5                           | BASE CONCRETO POBRE e/.05                         | M2     | 30,00    | 19.768,00   | 593.040,00          |
| 2.1.6                           | SUMINISTRO FIGURADA Y AMARRE DE ACERO PDR-60      | KG     | 300,00   | 2.956,00    | 886.800,00          |

|           |  |    |        |            |                      |
|-----------|--|----|--------|------------|----------------------|
| <b>4</b>  | <b>MAMPOSTERIA</b>   |    |        |            | <b>18.477.787,00</b> |
| 4.1.1     | MURO SUPER BOARD 8 MM E/15CM   | M2 | 9,00   | 62.393,00  | 561.537,00           |
| 4.1.3     | MURO DRYWALL UNA CARA  | M2 | 50,00  | 41.585,00  | 2.079.250,00         |
| 4.1.4     | MURO EN BLOQUE N° 5 E = 0.30 MT  | M2 | 300,00 | 52.790,00  | 15.837.000,00        |
| <b>5</b>  | <b>PAÑETES - REVOQUES-REPELLOS</b>   |    |        |            | <b>4.695.600,00</b>  |
| 5.1.1     | PAÑETE LISO MUROS 1:4  | M2 | 350,00 | 13.416,00  | 4.695.600,00         |
| <b>6</b>  | <b>ESTRUCTURAS EN CONCRETO</b>   |    |        |            | <b>7.397.554,00</b>  |
| 6.1.1     | COLUMNAS EN CONCRETO FC 3000 PSI   | M3 | 12,00  | 140.000,00 | 1.680.000,00         |
| 6.1.2     | LOSA MACIZA h/15 EN CONCRETO FC 3000 PSI   | M2 | 6,00   | 68.459,00  | 410.754,00           |
| 6.1.3     | VIGA CANAL IMPERMEABILIZADA FC 3000 PSI  | M2 | 30,00  | 136.000,00 | 4.080.000,00         |
| 6.1.4     | MALLA ELECTRO SOLDADA M 131 (5mm 15X15)  | M2 | 200,00 | 3.313,00   | 662.600,00           |
| 6.1.5     | SUMINISTRO FIGURADO Y DE ACERO A-37  | KG | 200,00 | 2.821,00   | 564.200,00           |
| <b>7</b>  | <b>CUBIERTAS</b>   |    |        |            | <b>23.449.320,00</b> |
| 7.1.1     | SUMINISTRO E INSTALACIÓN IMPERMEABILIZACIÓN EN MANTO ASFALTICO PARA PLACAS Y TERRAZAS  | M2 | 130,00 | 37.010,00  | 4.811.300,00         |
| 7.1.2     | SUMINISTRO E INSTALACIÓN FLANCHE EN LAMINA   | ML | 10,00  | 24.373,00  | 243.730,00           |
| 7.1.3     | CORREA 2 D=1/2" 1 D=1/2" CELOSIA EN 3/8" INC. ANTICORR.                                | ML | 270,00 | 68.127,00  | 18.394.290,00        |
| <b>9</b>  | <b>PISOS - BASES</b>   |    |        |            | <b>7.563.100,00</b>  |
| 9.1.1     | PLACA BASE CONCRETO 0.08 (Área lodos)  | M2 | 50,00  | 38.730,00  | 1.936.500,00         |
| 9.1.5     | ALISTADO DE PISOS E=0.04 1:5   | M2 | 350,00 | 16.076,00  | 5.626.600,00         |
| <b>10</b> | <b>PISOS - ACABADOS</b>  |    |        |            | <b>49.557.300,00</b> |
| 10.1.1    | ADOQUIN GRES PEATONAL  | M2 | 10,00  | 48.750,00  | 487.500,00           |
| 10.1.2    | ENCHAPE EN PORCELANATO MATE ANTIDESLIZANTE   | M2 | 200,00 | 90.415,00  | 18.083.000,00        |
| 10.1.3    | GUARDAESCOBAS 0.08M  | ML | 350,00 | 54.248,00  | 18.986.800,00        |
| 10.1.4    | PISO MADERA LAMINADO ANTIDESLIZANTE  | M2 | 100,00 | 120.000,00 | 12.000.000,00        |
| <b>11</b> | <b>ENCHAPES Y ACCESORIOS</b>   |    |        |            | <b>4.577.440,04</b>  |
| 11.1.1    | MESON EN PLACA DE MARMOL INC SALPICADERO Y FALDON                                      | M2 | 1,98   | 189.998,00 | 376.196,04           |
| 11.1.2    | SUMINISTRO E INSTALACIÓN COMBO ACUACER LAVAMANOS, SANITARIO, GRIFERIA E INCRUSTACIONES | UN | 16,00  | 208.576,00 | 3.337.216,00         |

|           |                                  |    |        |               |                      |
|-----------|----------------------------------|----|--------|---------------|----------------------|
| 11.1.3    | REJILLAS PLAS. SOSCO 3X2         | UN | 12,00  | 8.819,00      | 105.828,00           |
| 11.1.4    | TAPAS REGISTRO 20X20 PVC         | UN | 2,00   | 12.520,00     | 25.040,00            |
| 11.1.5    | ENCHAPE MUROS BAÑOS              | M2 | 20,00  | 36.658,00     | 733.160,00           |
| <b>12</b> | <b>INS. SANITARIA/ LATONERIA</b> |    |        |               | <b>4.731.596,00</b>  |
| 12.1.1    | RED SUMINISTRO PVC 3/4" RDE 11   | ML | 20,00  | 11.895,00     | 237.900,00           |
| 12.1.2    | PUNTO AGUA FRIA PVC 1/2"         | UN | 8,00   | 72.679,00     | 581.432,00           |
| 12.1.3    | BAJANTE A.LL. PVC 4"             | ML | 20,00  | 31.439,00     | 628.780,00           |
| 12.1.4    | REVENTILACION PVC 3"             | ML | 10,00  | 16.263,00     | 162.630,00           |
| 12.1.5    | BAJANTE A.N PVC 4"               | ML | 10,00  | 31.055,00     | 310.550,00           |
| 12.1.6    | CONEX. TANQUE ELEVADO PVC        | UN | 2,00   | 535.447,00    | 1.070.894,00         |
| 12.1.7    | REGISTRO 3/4"                    | UN | 2,00   | 45.271,00     | 90.542,00            |
| 12.1.8    | REGISTRO 1"                      | UN | 1,00   | 60.356,00     | 60.356,00            |
| 12.1.9    | PUNTO DE DESAGUE AN PVC 4"       | UN | 2,00   | 67.000,00     | 134.000,00           |
| 12.1.10   | CONTADOR MEDIDOR (CON MATRICULA) | UN | 1,00   | 550.000,00    | 550.000,00           |
| 12.1.11   | PUNTO DE DESAGUE PVC 3"          | UN | 4,00   | 50.622,00     | 202.488,00           |
| 12.1.12   | RED SUMINISTRO PVC 1" rde 13.5   | ML | 40,00  | 8.994,00      | 359.760,00           |
| 12.1.13   | PUNTO DESAGUE AGUA PVC 2"        | UN | 8,00   | 42.783,00     | 342.264,00           |
| <b>13</b> | <b>INSTALACION ELECTRICA</b>     |    |        |               | <b>36.796.298,00</b> |
| 13.1.1    | INSTALACIONES ELECTRICAS         | GL | 1,00   | 36.796.298,00 | 36.796.298,00        |
| <b>14</b> | <b>CARPINTERIA MADERA</b>        |    |        |               | <b>3.808.032,00</b>  |
| 14.1.2    | HOJA PUERTA TRIPLEX 1.00         | UN | 16,00  | 183.449,00    | 2.935.184,00         |
| 14.1.5    | PASAMANOS ESCAL 0.15 X 0.2       | ML | 5,00   | 101.190,00    | 505.950,00           |
| 14.1.6    | HOJA PUERTA TRIPLEX 2.00         | UN | 1,00   | 366.898,00    | 366.898,00           |
| <b>15</b> | <b>CARPINTERIA METALICA</b>      |    |        |               | <b>8.150.854,90</b>  |
| 15.1.3    | BARANDA METALICA TUBO 2"         | ML | 2,00   | 236.681,00    | 473.362,00           |
| 15.1.6    | MARCO METALICO PUERTA            | UN | 17,00  | 100.787,00    | 1.713.379,00         |
| 15.1.7    | PUERTA VENTANA ALUMINIO          | M2 | 33,35  | 178.834,00    | 5.964.113,90         |
| <b>16</b> | <b>PINTURA</b>                   |    |        |               | <b>2.620.825,00</b>  |
| 16.1.1    | PINTURA MUROS                    | M2 | 350,00 | 5.388,00      | 1.885.800,00         |

|        |  |           |            |               |                         |
|--------|--|-----------|------------|---------------|-------------------------|
| 16.1.2 | PINTURA FACHADA  | M2        | 25,00      | 9.933,00      | 248.325,00              |
| 16.1.5 | FILOS Y DILATACIONES EN PINTURA  | ML        | 100,00     | 4.867,00      | 486.700,00              |
| 18     | <b>APARATOS SANITARIOS</b>   |           |            |               | <b>8.282.679,00</b>     |
| 18.1.1 | LLAVE MANGUERA   | UN        | 1,00       | 11.500,00     | 11.500,00               |
| 18.1.2 | CANASTILLA LAVAPLATOS 4" GRIVAL  | UN        | 1,00       | 7.800,00      | 7.800,00                |
| 18.1.3 | POSETA LAVAPLATOS ACERO INOXIDABLE SO-CODA O SIMILAR                                 | UN        | 1,00       | 217.439,00    | 217.439,00              |
| 18.1.4 | SUMINISTRO E INSTALACION SANITARIO COM-<br>PLETO INCL. BIZCOCHO, GRIF Y ACCESORIOS   | UN        | 16,00      | 450.000,00    | 7.200.000,00            |
| 18.1.5 | SUMINISTRO E INSTALACION LAVAMANOS ACUA-<br>CER C/GRIFERIA Y ACCESORIOS              | UN        | 12,00      | 70.495,00     | 845.940,00              |
| 19     | <b>CERRAJERIA</b>  |           |            |               | <b>189.346,00</b>       |
| 19.1.1 | SAFE BAÑO  | UN        | 4,00       | 28.104,00     | 112.416,00              |
| 19.1.3 | SAFE ENTRADA PPAL  | UN        | 1,00       | 76.930,00     | 76.930,00               |
| 20     | <b>VIDRIOS Y ESPEJOS</b>   |           |            |               | <b>8.356.404,69</b>     |
| 20.1   | ESPEJO 4 MM SIN BISEL  | M2        | 10,10      | 64.654,00     | 653.005,40              |
| 20.1.2 | VIDRIO DE 5 MM COLOR CLARO   | M2        | 220,25     | 34.976,00     | 7.703.399,29            |
| 21     | <b>EQUIPOS ESPECIALES</b>  |           |            |               | <b>23.499.988,00</b>    |
| 21.1.1 | ASCENSOR PARA DISCAPACITADOS   | UN        | 1,00       | 19.999.996,00 | 19.999.996,00           |
| 21.1.2 | COCINA INTEGRAL COMPLETA   | UN        | 1,00       | 3.499.992,00  | 3.499.992,00            |
| 22     | <b>OBRAS EXTERIORES</b>  |           |            |               | <b>1.648.430,00</b>     |
| 22.1.1 | ASEO GENERAL   | M2        | 350,00     | 3.684,00      | 1.289.400,00            |
| 22.1.2 | CONCRETO ANDENES   | M2        | 10,00      | 35.903,00     | 359.030,00              |
| 23     | <b>INSTALACION DE GAS</b>  |           |            |               | <b>1.460.591,00</b>     |
| 23.1.1 | VALVULA DE BOLA GAS 1/2" HNPT  | UN        | 2,00       | 23.940,00     | 47.880,00               |
| 23.1.2 | TUBERIA DE COBRE 1/2"  | ML        | 20,00      | 16.805,00     | 336.100,00              |
| 23.1.3 | CAJA MEDIDOR GAS 45X45   | UN        | 1,00       | 114.499,00    | 114.499,00              |
| 23.1.4 | REJILLAS VENT. FACHADA 20X20   | UN        | 2,00       | 13.056,00     | 26.112,00               |
| 23.1.5 | ACOMETIDA GAS  | UN        | 1,00       | 936.000,00    | 936.000,00              |
| 25     | <b>G.GRALES - VARIOS</b>   |           |            |               | <b>13.950.000,00</b>    |
| 25.1.2 | RETIRO SOBRANTES OBRA  | M3        | 360,00     | 38.750,00     | 13.950.000,00           |
| 26     | <b>INSTALACION SISTEMA CONTRA INCENDIOS</b>  |           |            |               | <b>4.803.992,00</b>     |
| 26.1.1 | SIAMESAS BRONCE (Acometida contra incendios)   | UN        | 1,00       | 2.203.992,00  | 2.203.992,00            |
| 26.1.2 | GABINETE CONTRA INCENDIOS (Inc. Boquilla,<br>extintor hachapico y tramo de manguera) | UN        | 2,00       | 1.300.000,00  | 2.600.000,00            |
| 16.47  | <b>SUBTOTAL COSTO DIRECTO</b>  |           |            |               | <b>246.267.923,23</b>   |
| 27     | <b>costo lote normania</b>   | <b>m2</b> | <b>390</b> |               | <b>800.000.000,00</b>   |
|        | <b>costo total</b>   |           |            |               | <b>1.046.267.923,23</b> |

## 12. Conclusiones

- Después de analizar algunos centros días, hogares geriátricos y grupos al cuidado del adulto mayor se observó la falta de espacios que cumpla con las características y necesidades de este sujeto, de acuerdo a esto se puede concluir que este proyecto es muy viable, ya que es un centro al cuidado, bienestar y servicio para las personas mayores.
- Servicio, cuidado, diversión, convivencia, seguridad, bienestar fueron palabras claves para el desarrollo del proyecto de acuerdo a un análisis de actividades cotidianas en los diferentes centros al cuidado del adulto mayor
- Los adultos mayores actualmente viven muchas necesidades, de acuerdo a esto, es ofrecer una atención directa en la que el espacio se adecua al usuario, contemplando los diferentes parámetros que se necesitaron para el desarrollo del club

### 13. ANTECEDENTES Y REFERENTES

- Normatividad de adultos mayores  
[http://adultomayorbogota.org/normatividad\\_20.html](http://adultomayorbogota.org/normatividad_20.html)
- Integracion social  
[http://www.integracionsocial.gov.co/index.php?option=com\\_content&view=article&id=8&Itemid=4](http://www.integracionsocial.gov.co/index.php?option=com_content&view=article&id=8&Itemid=4)
- Aura Susana Bermudez Leon, hogar geriátrico mi paraíso, directora General.
- Normas hogares geriátricos <http://aaronabuelos.com/blog/?p=142>
- [habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg](http://habitatgecollectiu.files.wordpress.com/2014/01/51.jpg)
- [archdaily.com/565058/peter-rosegger-nursing-home-dietger-wissounig-architekten/545c1d64e58ece70e0000053-oeapaul-ott\\_prsggrstr\\_047-jpg](http://archdaily.com/565058/peter-rosegger-nursing-home-dietger-wissounig-architekten/545c1d64e58ece70e0000053-oeapaul-ott_prsggrstr_047-jpg)
- Fuente: [http://www.baunetzwissen.de/objektartikel/Barrierefreies-Bauen\\_Altenwohn-und-Pflegeheim-in-Steinfeld\\_A\\_69450.html](http://www.baunetzwissen.de/objektartikel/Barrierefreies-Bauen_Altenwohn-und-Pflegeheim-in-Steinfeld_A_69450.html)



## 14. Anexos

14.1 Nombre:

Edad:

Sexo F\_\_\_\_ M\_\_\_\_

Me llamo Lina Mireya Pedraza, soy estudiante de Diseño de Espacios y Escenarios de la Universidad Piloto de Colombia, estoy realizando unas encuestas para la realización de mi proyecto de grado acerca de un club de atención y recreación para las personas mayores.

Muchas gracias por tomarse el tiempo para completar esta encuesta.

1. ¿Con quién vive?
2. ¿Cuál es el estrato donde usted vive?
3. ¿Le gustaría seguir teniendo oportunidades labores?  
SI\_\_\_\_ NO\_\_\_\_
4. ¿Qué tipo de actividades laborales le gustaría realizar?  
Modistería\_\_\_\_  
Carpintería\_\_\_\_  
Huertas y jardines \_\_\_\_  
Pintura \_\_\_\_  
Artesanía \_\_\_\_  
Cocina \_\_\_\_  
Otros\_\_\_\_\_
5. ¿Prefiere realizar actividades grupales o individuales?
6. ¿le gusta compartir con otras personas o seres queridos dentro de este club?  
  
SI\_\_\_\_ NO\_\_\_\_

7. ¿ Cuáles actividades recreativas gusta realizar?

Bingo\_\_ cine y televisión \_\_ baile\_\_\_\_ música\_\_  
Juegos tradicionales\_\_\_\_ billar\_\_\_\_ teatro\_\_\_\_

8. ¿qué habilidades quiere adquirir?

9. Le gustaría compartir sus conocimientos con sus otros compañeros?

Si\_\_ NO\_\_

